

JULI 2021  
GIRLTALK

# ANALYSE AF GIRLTALKS TILBUD UNGERÅDGIVNINGEN

RAPPORT



---

ADRESSE COWI A/S  
Parallelvej 2  
2800 Kongens Lyngby  
TLF +45 56 40 00 00  
FAX +45 56 40 99 99  
WWW cowi.dk

JULI 2021  
GIRLTALK

# ANALYSE AF GIRLTALKS TILBUD UNGERÅDGIVNINGEN

RAPPORT

UDGIVELSESDATO  
08. juli 2021

UDARBEJDET AF COWI:  
Laura Christine Petersen, Line Stenmann Kantso,  
Sofie Rolf-Petersen, Morten Johansen,  
Jes Erik Jessen og Marie-Louise Mølbak.

KONTROLLERET  
Helle Engelund

GODKENDT  
Marie-Louise Mølbak



# INDHOLD

1	RESUMÉ	5
2	INDLEDNING	8
2.1	Baggrund	8
2.2	Formål	8
2.3	Rapportens vidensgrundlag og opbygning	9
3	ANALYSENS RAMME OG TILGANG	10
4	UNGERÅDGIVNINGENS AKTIVITETER OG MÅLGRUPPE	12
4.1	Indsatsens indhold og form	12
4.2	Indsatsens målgruppe og frivillige rådgivere	15
5	UNGERÅDGIVNINGENS VIRKNINGER OG EFFEKTER	18
5.1	Virkninger på kort sigt	18
5.2	Virkninger på mellemlangt sigt	20
5.3	Effekter på lang sigt	21
6	SAMFUNDSØKONOMISKE GEVINSTER VED UNGERÅDGIVNINGEN	23
6.1	Scenarier for Ungerådgivningen	23
6.2	Caseanalyse	24
6.3	Case 1: En ensom pige	25
6.4	Case 2: En angst pige	26
6.5	Case 3: En selvskadende/selvmodstruet pige	28
7	UNGERÅDGIVNINGENS POTENTIALE	30
8	LITTERATUR	32
APPENDIX A	METODEBESKRIVELSE	34
APPENDIX B	SAMFUNDSØKONOMISK ANALYSE	36
B.1	Samlede omkostninger	36
B.2	Enhedsomkostninger	37
B.3	Andelen af ensomme	37
B.4	Samfundsøkonomisk metode	38

# 1 RESUMÉ

Denne rapport viser, hvordan GirlTalks forebyggende indsats Ungerådgivningen – som er en anonym og online indsats – skaber stor værdi for samfundet. Det gælder for den enkelte piges og unge kvindes oplevelse af livskvalitet. Og det gælder for de omkostninger, som samfundet kan spare, hver gang en pige eller ung kvinde i mistrivsel bliver hjulpet til at få det bedre eller undgår forværring.

Angst, ensomhed og selvskade er nogle af de problematikker, som fylder mest hos de piger, der kontakter GirlTalks Ungerådgivning. Af de 6.000 samtaler, Ungerådgivningen årligt har, og hvoraf omkring 1.600 er unikke brugere, omhandler ca. 6% ængstelighed, ca. 20% ensomhed og ca. 23% selvskade/selvmodstanker. Angst er en invaliderende og udbredt sygdom i Danmark og rammer årligt 17.000 danskere, flest kvinder. Sygdommen koster samfundet 950 mio. kroner om året i behandling og pleje (Sundhedsstyrelsen, 2015). Ensomhed er et stigende folkesundhedsproblem i Danmark, og medfører langt flere kontakter i både primær- og sekundærsektoren, mere arbejdsmarkedsfravær og større omkostninger for samfundet i form af udgifter til behandling og pleje samt tabt produktion (DEFACTUM & Region Midtjylland, 2020). Hvert år udøver 7.000 personer i Danmark selvskade. Forekomsten af selvskadende adfærd er højest blandt kvinder i alderen 16–24 år. Årligt er der ekstra omkostninger på 200 mio. kr. til behandling og pleje blandt personer, der har forsøgt at begå selvmord eller udøvet selvskade (Sundhedsstyrelsen, 2016) Rent samfundsøkonomisk kan GirlTalks Ungerådgivning spare samfundet for omkostninger forbundet med længerevarende og sværere forløb i regional psykiatri og kommunalt regi, og for omkostninger forbundet med manglende gennemført uddannelse og manglende beskæftigelse.

I denne rapport har vi sat fokus på tre konkrete problematikker og analyseret, i hvilket omfang GirlTalks Ungerådgivning kan bidrage til at nedbringe omkostninger på det sociale og sundhedsmæssige område og samtidigt bidrage til øget livskvalitet hos den enkelte pige og ung kvinde.

Analysen viser, at Ungerådgivningen potentielt kan spare samfundet for<sup>1</sup>:



**76.725 kr.**

pr. ung pige, der hjælpes til at håndtere sin *angst*.



**141.619 kr.**

pr. ung pige, der hjælpes ud af *ensomhed*.



**345.778 kr.**

pr. ung pige, der hjælpes til at stoppe sin *selvskade* og til at opsøge anden forebyggende behandling.

<sup>1</sup> Der ligger til grund for beregningerne en række antagelser, som fremgår af rapportens kapitel 6 og Appendix B.

Hvad angår GirlTalks omkostninger til driften af Ungerådgivningen, som er på ca. 2,5 mio. kr. årligt, betyder det, at gevinsterne overstiger udgifterne, hvis Ungerådgivningen hjælper følgende antal piger ud af mistrivsel om året:

- › **33 ud af de ca. 100 piger**, der årligt henvender sig med en mere moderat grad af mistrivsel som angst og generel ængstelighed

Eller

- › **18 ud af de ca. 320 piger**, der årligt henvender sig med mistrivsel inden for ensomhed

Eller

- › **7 ud af de ca. 375 piger**, der årligt henvender sig med svær mistrivsel inden for selvmord og selvskadende adfærd og får hjælp til at mindske deres trang til selvskade og bliver i stand til at opsøge anden hjælp.

De samfundsøkonomiske beregninger viser altså, at der er store samfundsøkonomiske gevinster forbundet med GirlTalks Ungerådgivning. Dette understøttes af pigerne og de unge kvinders egne tilbagemeldinger på brugerevalueringerne samt de gennemførte interviews, som viser, at de oplever en relevant hjælp ved at henvende sig til Ungerådgivningen.

#### GirlTalks egne indsamlede brugerevalueringer af Ungerådgivningen viser, at:

**94%** af Ungerådgivningens brugere oplever, at de i samtalen med den frivillige rådgiver *talte om det, de gerne ville tale om.*

**90%** af Ungerådgivningens brugere oplever, at de i samtalen med den frivillige rådgiver *følte sig forstået.*

**88%** af Ungerådgivningens brugere oplever, at samtalen med den frivillige rådgiver *var en støtte/hjælp for dem.*

Note: Baseret på mellem 1.173 og 1.178 besvarelser indsamlet i 2020. Afspejler antal brugere, der har angivet 'i høj grad' eller 'til en vis grad' på de tre evalueringsspørgsmål.

Rådgivningen tager udgangspunkt i, hvad pigerne gerne vil tale om, og den frivilliges opgave er at motivere til forandring, støtte pigen i at tage gode valg for sig selv samt motivere til, at pigen kontakter sit netværk, når det giver mening. De interviewede piger og unge kvinder giver udtryk for, at de i rådgivningen møder stor forståelse for deres følelser og situation og oplever at blive taget alvorligt. Det har den virkning, at de opnår større selvtillid og åbenhed om deres egne udfordringer, og at de på grund af det skriftlige chat-format

#### Sofie, 16 år

Sofie er 16 år og går i 10. klasse. Da hun var 14 år, begyndte hun at skære i sig selv. Hos Ungerådgivningen i GirlTalk blev Sofie mødt af forstående jævnaldrende unge rådgivere, som gjorde at hun turde åbne op omkring sin selvskade. Før samtalerne med Ungerådgivningen skar Sofie i sig selv ca. 8 gange om dagen, men efter flere samtaler faldt selvskaden til ca. 4 gange om måneden. Derudover har samtalerne medført, at Sofie har fået et mere positivt selvbillede og er begyndt at åbne op for sine nærmeste omkring sin selvskade. Inden Sofie kontaktede GirlTalk havde hun også selvmordstanker. Disse tanker fortalte hun Ungerådgivningen om, og de henviste hende til Livslinjen, som hun så henvendte sig til og fik hjælp af.

”

*Ungerådgivningen har fået banket ind i mit hoved, at jeg er værdifuld, og de har lært mig, at jeg skal tage fat i mine omgivelser, når jeg kan mærke trangene til selvskade.*





tør åbne mere op over for rådgiverne, end de ellers ville. Pigerne oplever derigennem, at de bliver bedre til at fortælle om deres udfordringer. På den måde bliver de også styrket i at række ud efter hjælp i deres eget netværk, at opsøge andre behandlingstilbud eller blive fastholdt i et igangværende behandlingsforløb.

### **Om GirlTalk og Ungerådgivningen**

GirlTalk er en non-profit NGO, hvis mission er at forebygge mistrivsel blandt piger og unge kvinder, styrke deres selvværd og hjælpe dem, der har det svært. En af GirlTalks indsatser er Ungerådgivningen, som årligt modtager ca. 6.000 henvendelser fra piger og unge kvinder i mistrivsel af forskellige art og grad. Emnerne omfatter angst, konflikter med venner, kæreste, familie, selvmordstanker, selvskadende adfærd, spiseforstyrrelser og ensomhed. I Ungerådgivningen taler pigerne med unge frivillige rådgivere, som modtager en omfattende uddannelse i at være rådgivere. Rådgiveruddannelsen består af et introforløb og fire uddannelsesmoduler over et år. Sideløbende modtager de frivillige kollegial supervision, samtaletræning og sparring på deres samtaler. Fokus for de frivilliges uddannelse er at lære dem at se og tage udgangspunkt i den enkelte pige, give hende redskaber til at håndtere det, der er udfordrende samt bygge bro til anden relevant hjælp. GirlTalks Ungerådgivning har åbent hver aften og er en let tilgængelig adgang til støtte og hjælp.

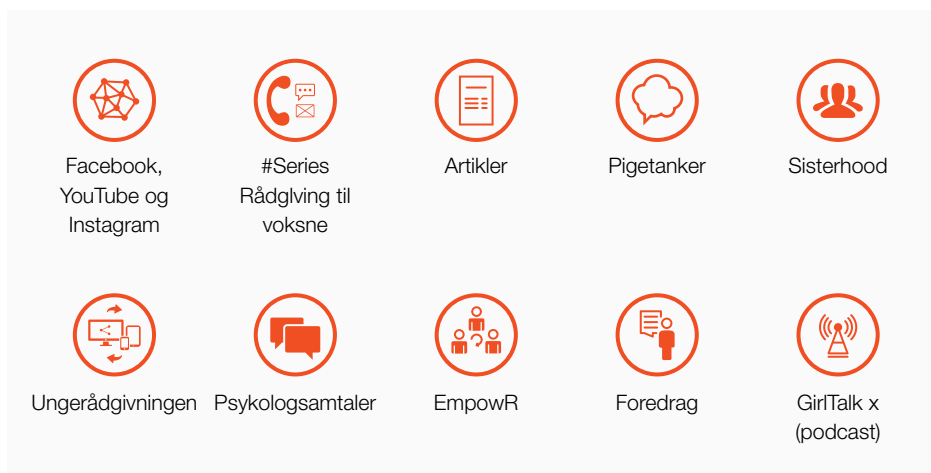
Brugerne af Ungerådgivningen er gennemsnitligt 17 år gamle og kommer fra alle landsdele. GirlTalk udbreder viden om Ungerådgivningen på bl.a. sociale medier, og pigerne kender GirlTalk fra internetsøgninger, sociale medier, skolen, venner eller familie, eller events og arrangementer.

## 2 INDLEDNING

### 2.1 BAGGRUND

GirlTalk er en nonprofitorganisation, der ønsker at forebygge mistrivsel blandt piger og unge kvinder mellem 12 og 24 år, styrke deres selvværd og hjælpe dem, der har det svært. Dette gøres gennem en række indsatser og initiativer implementeret siden GirlTalks begyndelse i 2004. GirlTalk samarbejder desuden med kommuner, fonde og private virksomheder om at forebygge mistrivsel blandt piger og unge kvinder. GirlTalk indgår i et stærkt branchefællesskab med andre rådgivningstilbud, og Ungerådgivningen blev akkrediteret af RådgivningsDanmark i 2017 og genakkrediteret i 2020.

Figur 1 viser et overblik over GirlTalks indsatser, der alle er finansieret af fonde, puljer og virksomhedssamarbejder.



**FIGUR 1:** GirlTalks indsatser

GirlTalk oplever et stigende behov for at dokumentere værdien af sit arbejde i et samfundsøkonomisk perspektiv, og særligt værdien af de to indsatser EmpowR og Ungerådgivningen. Denne rapport præsenterer resultaterne af en analyse med et samfundsøkonomisk perspektiv af GirlTalks tilbud Ungerådgivningen, en anonym chat- og SMS-rådgivning, der henvender sig til piger mellem 12 og 24 år. COWI har udarbejdet en tilsvarende rapport, som dokumenterer EmpowR's samfundsøkonomiske effekter.

### 2.2 FORMÅL

Det er en udbredt opfattelse blandt kommuner og eksperter, at der generelt mangler forebyggende indsatser til den gruppe af psykisk sårbare unge, der er for raske til psykiatrien, men som mistrives i en sådan grad, at de har brug for hjælp (Implement og SUS, 2020). Gennem blandt andet Ungerådgivningen arbejder GirlTalk for at forebygge mistrivsel blandt unge piger og kvinder og dermed forebygge potentielle sociale-, sundhedsmæssige- og samfundsøkonomiske konsekvenser.



Formålet med analysen er derfor at opnå viden om, hvilke potentielle samfundsøkonomiske gevinster Ungerådgivningens arbejde med de unge piger og kvinder har. Resultatet af analysen er estimater af de typiske gennemsnitlige omkostninger per individ, der potentielt kan spares ved en tidlig opsporende og forbyggende indsats, baseret på den bedst tilgængelige viden, samt beregninger af hvor mange piger indsatsen skal gavne, for at udgifterne til indsatsen er dækket.

GirlTalk ønsker med analysen at opnå dokumenteret viden om, hvilken værdi Ungerådgivningen har for samfundet, for over for samarbejdspartnere og bevillingsgivere at tydeliggøre effekten af sit arbejde. Det er vigtigt at påpege, at Ungerådgivningen er en begrænset intervention baseret på selvhenvendelse og anonym rådgivning, hvor indsatsen har til hensigt at forebygge og afhjælpe mistrivsel hos de unge piger. Den samfundsøkonomiske analyse baserer sig derfor på en række antagelser og forventninger om den skabte effekt.

## 2.3 RAPPORTENS VIDENSGRUNDLAG OG OPBYGNING

Den samfundsøkonomiske analyse tager udgangspunkt i en indsats teori for Ungerådgivningen. Indsats teorien er baseret på interviews og workshops med faglige eksperter på feltet, GirlTalks egne medarbejdere samt interviews med brugere af og frivillige i indsatsen. Endvidere baserer indsats teorien sig på en litteraturgennemgang af primært danske studier og rapporter om lignende tilbud, og om unge pigers udfordringer og behov. Derudover bygger den samfundsøkonomiske analyse på data fra Sundhedsstyrelsens sygdomsbyrderapporter samt på rapporter om overførselsindkomster<sup>2</sup> og forebyggende tiltag i kommunalt regi<sup>3</sup>. De metoder, der er brugt i analysen og udarbejdelsen af rapporten, er beskrevet i Appendix A.

I rapporten præsenterer vi først tilgangen til analysen (kapitel 3). Dernæst beskriver vi Ungerådgivningens indhold og form samt målgruppens karakteristika og udfordringer (kapitel 4). I det efterfølgende kapitel præsenterer vi Ungerådgivningens effekter og de mulige konsekvenser for individet og samfundet af at målgruppen ikke benytter Ungerådgivningen som tilbud (kapitel 5). Denne delanalyse munder ud i en beskrivelse af de tre cases, som den samfundsøkonomiske analyse baserer sig på (kapitel 6). Kapitel 7 opsamler rapportens resultater.

---

<sup>2</sup> Den Socialøkonomiske Investeringsmodel udarbejdet af Det Nationale forsknings- og Analysecenter for Velfærd (NIVE, 1018).

<sup>3</sup> Socialpolitisk redegørelse 2020 udarbejdet af Social- og Ældreministeriet (Social- og Ældreministeriet, 2020).

## 3 ANALYSENS RAMME OG TILGANG

For at kunne foretage de samfundsøkonomiske beregninger af GirlTalks Ungerådgivning er det nødvendigt at forstå, dels hvad indsatsen omfatter, dels hvilke effekter indsatsen potentielt har for målgruppen.

### Opstillingen af en indsats teori

I en indsats som Ungerådgivningen, hvor rådgivningen er anonym og uden mulighed for at registrere eller følge op på det faktiske udbytte, de unge får af samtalerne, kan opstillingen af en indsats teori bidrage til en overordnet forståelse af hvilke virkninger og effekter, indsatsen potentielt skaber hos målgruppen. Vi anvender igennem analysen en indsats teori, hvor virkninger og effekter teoretisk set forventes med tre tidshorisonter, 1) på kort sigt, 2) på mellemlang sigt og 3) på lang sigt. Opdelingen i virkning og effekt på de tre tidshorisonter er baseret på Socialstyrelsens model, som tager udgangspunkt i, at der gennem en social indsats først opstår forandringer i individets forudsætninger for adfærdsændring, dernæst en ændring i adfærd og/eller funktionsevne og endeligt en ændring i status eller livssituation (Socialstyrelsen og Dansk Evalueringsselskab 2018)<sup>4</sup>.

Indsats teorien er underbygget af interviews med både målgruppen, frivillige, eksperter og GirlTalks sekretariat samt gennem øvrige tilgængelige datakilder for at få belyst indsatsens effekter fra forskellige vinkler.

Figur 2 er en visuel illustration af indsats teorien for Ungerådgivningen.

### Kontekstfaktorer

Vi er opmærksomme på, at en række kontekstfaktorer kan påvirke, hvordan den enkelte pige klarer sig igennem sin mistrivsel, hvilket også har betydning for den effekt, som Ungerådgivningen potentielt kan medføre. Nogle piger kan have bedre forudsætninger for at klare sig gennem livet end andre, bl.a. afhængigt af den støtte de kan få fra forældre, venner eller andre voksne i deres netværk. Det kan også tænkes, at piger, der ikke opsøger Ungerådgivningen, i stedet opsøger hjælp hos andre, lignende tilbud, og dermed på anden vis opnår gavnlige effekter, der kan forebygge eller afhjælpe deres mistrivsel. Ligeledes er det ikke givet, at pigernes kontakt til Ungerådgivningen medfører positive effekter med det samme. Tidsperspektivet for effekten af GirlTalks indsatser kan således være kort eller langt og variere fra problemstilling til problemstilling og mellem de enkelte individer. Det kan være, at nogle piger skal tage mod til sig for at kontakte deres omgivelser for hjælp, eller at de først efter en tid erkender deres egen situation og reflekterer over de input, som Ungerådgivningen har givet dem.

Alle disse kontekstforhold og nuancer til hver enkelt brugers situation og omgivelser er det ikke muligt at tage højde for i analysen. Vi er derfor opmærksomme på, at analysen og beregningerne repræsenterer en forsimpning af virkeligheden, som er nødvendig for at foretage de økonomiske beregninger på det tilgængelige datagrundlag.

---

<sup>4</sup> <http://danskevalueringsselskab.dk/wp-content/uploads/2018/09/2018-session-2a-Forandringsteori-for-viderekomne.pdf>

INDSATSENS AKTIVITETER	EFFEKTER PÅ KORT SIGT	EFFEKTER PÅ MELLEMLANG SIGT	EFFEKTER PÅ LANG SIGT
<p>INDSATSENS METODE:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Frivillige hjælper med at sætte ord på følelser, problemer og tanker ved at møde pigen hvor hun er, stille åbne spørgsmål, og supplere med råd og egne erfaringer</li> <li>› De frivillige får udleveret en ressourcehåndbog og en risikoscreeningsmanual ifm. selvmordstanker og -forsøg</li> <li>› Brugerne kan deltage i chatsamtaler så meget de vil. De screenes ikke, men der er præmisser for chatsamtalen*</li> </ul>	<p>PIGEN FÅR OPLEVELSE AF</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› At blive taget alvorligt, accepteret og forstået</li> <li>› At blive bedre til at fortælle sin historie højt</li> <li>› Større selvindsigt og åbenhed om egne udfordringer</li> <li>› At have overblik over egen situation og handlemuligheder</li> </ul> <p>PIGEN OPNÅR VIDEN OM/ KOMPETENCER TIL</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› At afværge, at en situation forværres</li> <li>› At opsøge andre behandlingstilbud eller bruge egne/tilgængelige ressourcer og netværk</li> <li>› At fastholde igangværende behandlingsforløb</li> </ul>	<p>PIGEN ÆNDRER ADFÆRD VED</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› At hun psykisk og social trives bedre og destruktiv adfærd reduceres</li> <li>› At hun træffer bedre valg, fordi hun har styrkede følelsesmæssige, personlige og/eller sociale kompetencer</li> <li>› At hun bruger egne/tilgængelige ressourcer og/eller finder og indgår i et relevant støttende tilbud</li> <li>› At hun fastholder og gennemfører evt. behandlingsforløb eller andet psykosocialt tilbud</li> </ul>	<p>PIGENS LIVSSITUATION ER ÆNDRET VED</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› At hun gennemfører en ungdoms- eller videregående uddannelse og/eller kommer i beskæftigelse</li> <li>› At hun får den rette hjælp og støtte og undgår omfattende indgriben f.eks. forløb i psykiatrien og behov for medicin</li> <li>› At hendes forældre eller andre omsorgspersoner undgår tabt arbejdsfortjeneste eller mister deres job</li> </ul>
<p>* Præmisserne for at kunne henvende sig til Ungerådgivningen er, at pigen ikke må være selvskadende eller være påvirket af stoffer undervejs i selve rådgivningssamtalen. Hvis pigen er akut selvmordstruet eller allerede har taget en overdosis, skal de frivillige kontakte GirlTalks vagttelefon. Den rådgivningsansvarlige håndterer det videre forløb i samarbejde med den frivillige og sikrer, at pigen får opsøgt den hjælp, hun har brug for. Pigen er som udgangspunkt anonym i samtalen, men hun kan vælge at opgive sin anonymitet overfor rådgiveren og i det tilfælde kan den frivilliges underretningspligt træde i kraft.</p>			

**FIGUR 2:** Indsatsteori for Ungerådgivningen

## 4 UNGERÅD GIVNINGENS AKTIVITETER OG MÅLGRUPPE

Dette kapitel beskriver Ungeråd givningens indhold, form og målgruppe, som må kendes for at kunne udlede de virkninger og effekter, som Ungeråd givningen potentielt medfører.

### 4.1 INDSATSENS INDHOLD OG FORM

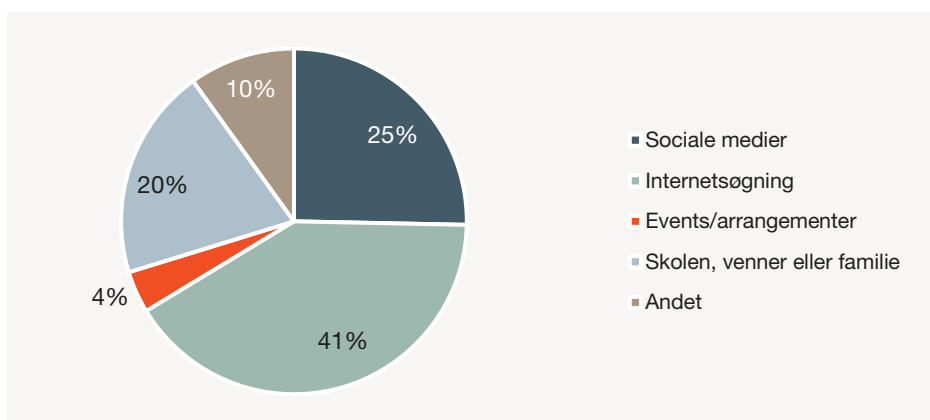
#### Formål med indsatsen

Ungeråd givningen er en anonym chat- og SMS-råd givning, der henvender sig til piger mellem 12 og 24 år. Formålet med råd givningen er at skabe et rum for piger og unge kvinder, hvor ingen problemer er for store eller små til at blive diskuteret. Ungeråd givningen varetages af GirlTalks frivillige råd givere. Chatråd givningen har åbent for henvendelser alle ugens dage. SMS-råd givningen modtager henvendelser hele døgnet, men besvares af de frivillige i chatråd givningens åbningstid.

Råd givningen finansieres af private og offentlige fonde, sponsorater fra virksomheder og af private bidragsydere og medlemmer.

#### Identifikation af målgruppe og rekruttering

GirlTalk har kontakt med de unge på blandt andet de sociale medier, hvorfra også en stor del af brugerne kender GirlTalk. I Figur 3 ses, hvorfra brugerne har kendskab til Ungeråd givningen. Størstedelen kender til Ungeråd givningen fra internetsøgninger, mens cirka hver fjerde kender til indsatsen gennem de sociale medier. Omkring hver femte kender Ungeråd givningen fra skolen, venner eller familie.



FIGUR 3: Fordeling af brugernes kendskab til GirlTalk.

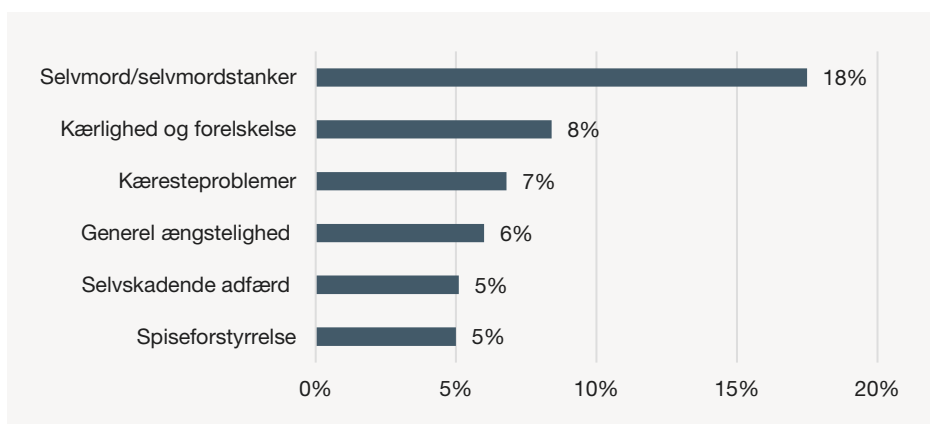
Kilde: "Hvor kender du GirlTalk.dk fra?". Note: Baseret på 1.316 besvarelser.

### Præmisserne for indsatsen

Præmisserne for at kunne henvende sig til Ungerådgivningen er, at pigen ikke må være selvskadende eller være påvirket af stoffer undervejs i selve rådgivningssamtalen. Hvis pigen er akut selvmordstruet eller allerede har taget en overdosis, skal de frivillige kontakte GirlTalks vagttelefon. Den rådgivningsansvarlige håndterer det videre forløb i samarbejde med den frivillige og sikrer, at pigen får opsøgt den hjælp, hun har brug for. Pigen er som udgangspunkt anonym i samtalen, men hun kan vælge at opgive sin anonymitet overfor rådgiveren, og i det tilfælde kan den frivilliges underretningspligt træde i kraft.

### Indsatsens indhold

Ungerådgivningen får årligt cirka 6.000 henvendelser, hvoraf omkring 1.600 er unikke brugere<sup>5</sup>. Rådgivningen tager udgangspunkt i, hvad brugeren gerne vil tale om, og den frivilliges opgave er at motivere brugeren til forandring gennem kontakt til sit netværk samt at støtte i at træffe gode valg for sig selv. Rådgivningen er derfor ikke psykologhjælp, men blot at være støttende og lyttende. I Figur 4 præsenteres de hyppigste emner, som GirlTalk rådgiver de 15–19-årige om.



**FIGUR 4:** De hyppigste emner, som GirlTalk rådgiver om blandt de 15-19-årige.

Kilde: GirlTalks årsrapport 2020.

Forud for chatrådgivningens start, udfylder brugeren oplysninger om emnet for samtalen: hvor de har stiftet bekendtskab med GirlTalk, den geografiske region, de er fra, samt deres alder. Den frivillige kan se de oplysninger, brugeren har noteret.

### Indsatsens metode

Chatsamtalen mellem den frivillige og pigen handler primært om at give pigen taletid ved at lytte til hende og anerkende hende og skabe et trygt og sikkert rum, hvor hun føler sig mødt i sine svære tanker og følelser. Dernæst skal samtalen hjælpe pigen til selv at finde løsninger. Opgaven er at hjælpe den enkelte pige til at reflektere over sin situation og give hende en oplevelse af at være i stand til at påvirke sin egen situation og tage ansvar for sig selv. Den frivillige skal derfor også være opmærksom på, om det vil være relevant at motivere pigen til at betro sig til nogle i deres netværk, eller guide hende til hvor, hun kan opsøge hjælp eller hvem, hun bør række ud til. GirlTalk har samlet en oversigt over andre relevante rådgivnings- og behandlingstilbud i en ressourcemappe, som den frivillige kan bruge til at henvise pigen videre (GirlTalk 2019b).

### Monitorering af indsatsen

Efter chatsamtalen afsluttes besvarer brugeren tre spørgsmål om hendes tilfredshed med samtalen.

<sup>5</sup> Baseret på GirlTalks egen opgørelse for 2020.

**GIRLTALK ♥ DK**

Det vil være en hjælp, hvis du vil svare på nogle spørgsmål om den SMS-samtale, du lige har haft. Dine besvarelser er anonyme.

Vi talte om det, jeg gerne ville tale om:

😊 Ja i høj grad     Ja til en vis grad     Nej  😞

Jeg følte mig forstået:

😊 Ja i høj grad     Ja til en vis grad     Nej  😞

Samtalen var en støtte/hjælp for mig:

😊 Ja i høj grad     Ja til en vis grad     Nej  😞

Valgfri kommentar

Har rådgivningen hjulpet dig? Må vi interviewe dig og få din historie?

Ja, det må I gerne

**SEND ANONYMT OG LUK**

**FIGUR 5:** Evalueringsskema efter chat- eller SMS-samtalen.

Omkring 25% af brugerne der henvender sig via chat, og 7% af brugerne, der henvender sig gennem SMS, bruger muligheden for at evaluere samtalen.<sup>6</sup> Den frivillige rådgiver udfylder ligeledes oplysninger om, hvilke emner samtalen omhandlede, hvorvidt noget ved samtalen var vanskeligt for den frivillige (og som den frivillige ønsker sparring på) og evt. forslag til nye tematikker til temaaftenerne med afsæt i den konkrete samtale.

### Anonymitet og format for rådgivningen

Ungerådgivningen foregår anonymt, og ud over de tidligere nævnte baggrundsoplysninger, som brugerne bliver bedt om at indtaste inden samtalebegyndelse, fremgår ingen oplysninger om brugerne. Ifølge GirlTalk er pigernes mulighed for at være anonyme i mange tilfælde en betingelse for, at samtalen overhovedet finder sted (interview med GirlTalks ledelse, 2020). Forskningslitteraturen peger desuden på, at anonym rådgivning bidrager til en følelse af privatliv for unge (Brenes et al., 2011; Gibson & Cartwright, 2014; Haas et al., 1996 i Sindahl 2019). De interviewede fageksperter giver ligeledes udtryk for, at anonymitet har en stor betydning for målgruppen, da den bidrager til en følelse af kontrol over situationen og over hvad, de ønsker at fortælle og ikke ønsker at fortælle. Derved kan de vide sig sikre på, at der ikke sker f.eks. underretninger, som de ikke selv har kontrol over og måske ikke kan vurdere konsekvenserne af. Den unge fungerer som initiativtager til samtalen og kan afslutte den til enhver tid (Sindahl 2019). Fageksperterne vurderer desuden, at anonymiteten giver pigerne mod til at sige noget, de ellers ikke turde sige til andre.

<sup>6</sup> GirlTalks egen monitorering for 2020.



Litteraturen peger derudover på, at online-interventioner kan være særligt attraktive for unge som følge af det høje niveau af anonymitet (Ali et al. 2015). Ifølge eksperterne er det ligeledes betydningsfuldt, at samtalen foregår på skrift frem for telefonisk, idet det kan øge følelsen af anonymitet:

*"Det vil kræve mere mod at sidde med bævrende stemme, end det kræver at sidde på chatten. Man er ekstra anonym, fordi man ikke har sin stemme (...) Det er mere uforpligtende, at det er en chat – og det er vigtigt, når man skal tage det første skridt."* (Interview med fagekspert, 2020).

Ifølge GirlTalks ledelse er det skriftlige format især vigtigt, når det omhandler svære emner som f.eks. selvskade, som kan være lettere at tale om, når der ikke er nogle, der kigger på én. Litteraturen peger ligeledes på, at anonym chatrådgivning som metode i socialt arbejde evner at skabe kontakt til brugergrupper, som ikke i samme grad nås ad andre veje, idet den skaber et rum, hvor den unge oplever sig mere privat og mindre eksponeret (Trine Natasja Sindahl 2008). Det gælder især for børn og unge med meget alvorlige og komplekse problemstillinger, herunder flere tilfælde af omsorgssvigtede børn og unge, der tager kontakt til anonyme chatrådgivninger snarere end til tilsvarende anonyme telefonrådgivninger (Trine Natasja Sindahl 2008). Chatrådgivning som format giver desuden brugeren tid til at formulere sig (Trine Natasja Sindahl 2008). Både bruger og rådgiver har tid til at formulere og redigere deres bidrag, før de præsenteres for samtalepartnern. Brugeren er dermed længere tid i sin egen refleksive proces end ved en mundtlig dialog. Dette kan for brugeren have en terapeutisk effekt i sig selv (Trine Natasja Sindahl 2012).

### Genbesøg i rådgivningen

Da Ungerådgivningen årligt får ca. 6.000 henvendelser, og ca. 1.600 heraf er unikke brugere, er en stor del af henvendelserne fra brugere, der tidligere har opsøgt rådgivningen. Grundet anonymiteten er det vanskeligt at opgøre, hvor ofte brugerne genbesøger rådgivningen og hvor lange perioder, det strækker sig over. Ifølge GirlTalk giver de "faste" brugere, som hyppigt henvender sig til Ungerådgivningen, mulighed for, at der kan opbygges en relation mellem bruger og 'GirlTalk', som kan medføre andre effekter end dem, der kan opstå ved blot en enkelt samtale:

*"Brugerne opfatter ofte GirlTalks chat som en erfaren veninde eller en dagbog, der skriver tilbage. Det er en relation, der bygges op, de får tillid til rådgiverne og så bruger de os i en periode i deres liv, så de finder ressourcer og kommer igennem svære ting."* (Interview med medarbejder i GirlTalks sekretariat, 2020)

Brugerne har mulighed for at spørge, om en specifik frivillig rådgiver er på vagt, når de kontakter Ungerådgivningen. Det tillader at opbygge en relation i den anonyme chat på en meget uforpligtende måde.

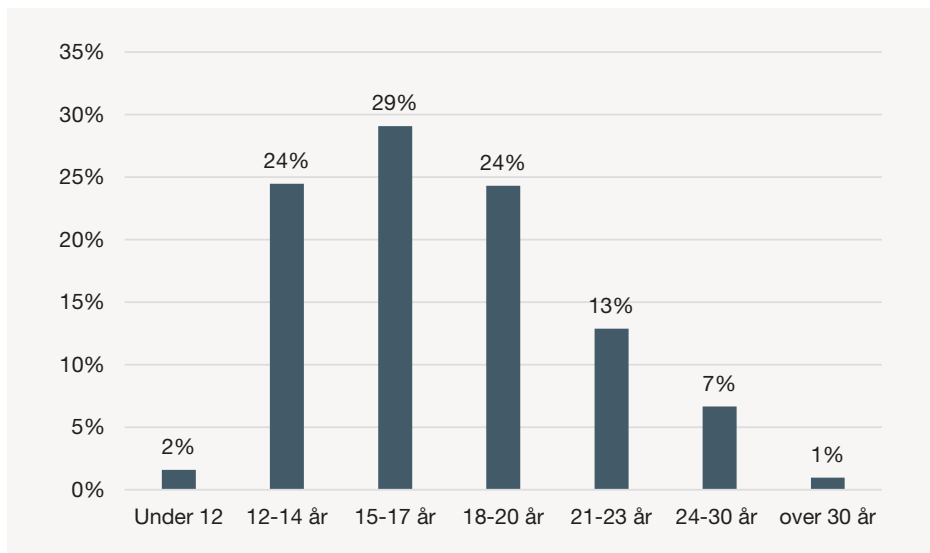
## 4.2 INDSATSENS MÅLGRUPPE OG FRIVILLIGE RÅDGIVERE

### Målgruppens karakteristika

Brugerne af Ungerådgivningen er gennemsnitligt 17 år, men deres alder spænder fra under 12 år til over 30 år. Brugerne kommer fra alle landsdele, men størstedelen er fra Region Midtjylland og Region Sjælland<sup>7</sup>.

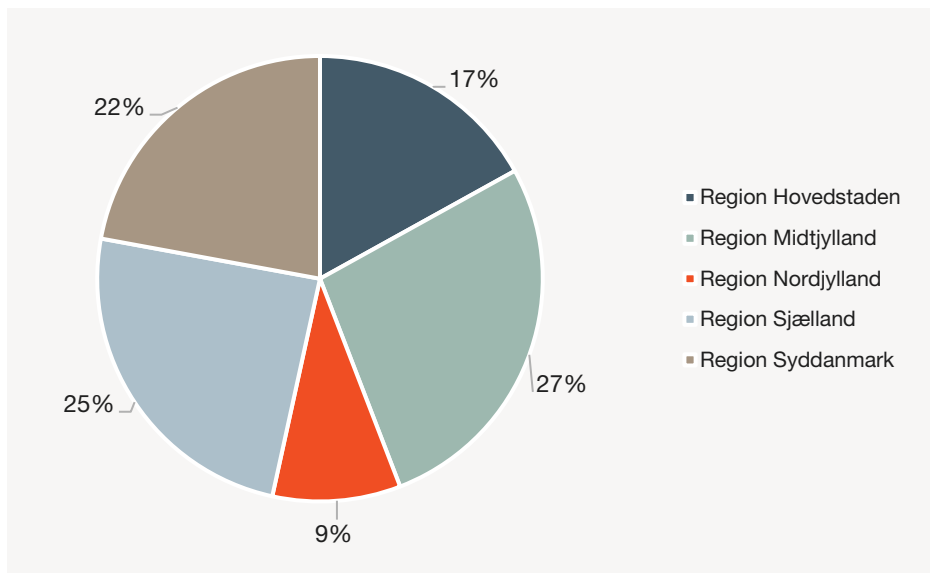
---

<sup>7</sup> Baseret på data fra 2020 fra Girltalk.dk.



**FIGUR 6:** Målgruppens aldersfordeling.

Kilde: Brugernes eget svar på spørgsmålet "Hvor gammel er du?", som besvares før rådgivningen begynder.  
Note: Baseret på 1.320 besvarelser.



**FIGUR 7:** Regional fordeling af målgruppen.

Kilde: Brugernes eget svar på spørgsmålet "Hvilken landsdel er du fra?", som besvares før rådgivningen begynder.  
Note: Baseret på 1.280 besvarelser.

### Målgruppens udfordringer og behov

Ifølge GirlTalk er det ikke altid tydeligt for brugerne selv, hvorfor de opsøger hjælp hos Ungerådgivningen. For det meste udspringer det af et behov for ikke at stå alene med deres udfordringer. For mange af de unge er det første gang, de oplever at have adgang til hjælp, og ifølge de interviewede eksperter har det derfor stor betydning, at rådgivningen tilbyder pigerne en direkte adgang til at tale med nogen. Fra undersøgelser af lignende rådgivninger er det desuden kendt, at en del unge, der opsøger chatrådgivning, efterspørger konkrete råd og vejledninger, men for rigtig mange handler det dog om at få sagt tingene højt og blive spejlet af den frivillige, hvilket ifølge litteraturen også er mest hjælpsomt (Trine Natasja Sindahl 2019).

GirlTalks erfaringer med målgruppen er desuden, at deres problemstillinger varierer:

*"Generelt er det ganske almindelige piger. Nogle har ret svære udfordringer, andre har mindre svære (...). Vi har pigerne, der har et enkelt spørgsmål og spekulerer over noget, og*

*så har vi nogle, der står i nogle svære situationer og har brug for hjælp. Nogle skader sig selv, nogle er spiseforstyrrede, nogle tager overdoser, nogle har diagnoser (...)" (GirlTalk)*

Fælles for målgruppen er ifølge GirlTalk, at de bruger Ungerådgivningen til at tale om følelser og tanker. De piger, der søger hjælp hos Ungerådgivningen, oplever mistrivsel bl.a. som følge af udfordringer i familien, i det faglige eller sociale liv, mobning, ensomhed, udfordringer ved at navigere i sociale sammenhænge og store forventninger til sig selv og livet. Konsekvensen af det oplevede forventningspres er symptomer på angst, herunder ængstelse, nervøsitet, ondt i maven, svimmelhed og trykken for brystet (GirlTalk 2019a). Selvskadende adfærd fylder desuden meget i Ungerådgivningens kontakt med pigerne, særligt når pigerne er følelsesmæssigt udfordrede.

Ifølge litteraturen er en af de dominerende årsager til mistrivsel blandt de unge i Ungerådgivningens målgruppe, at de oplever et pres ved at være del af en præstations- og perfektionskultur (Danmarks Lærerforening 2019 i Handberg 2020). Ifølge de interviewede fageksperter kan pigerne opleve et pres igennem de præstationskrav, de føler de skal leve op til, særligt i forbindelse med uddannelse og uddannelsesvalg. Derudover eksisterer der sociale sammenligningsprocesser, hvor de unge måler sig med hinanden på parametre som præstationer i skolen, udseende, image i vennegruppen og på sociale medier. Kropsutilfredshed er et stigende problem blandt unge. Forskningen peger ligeledes på stigende individualisering, herunder de unges oplevelse af at skulle skabe deres egen succesfulde tilværelse og det heraf følgende kritiske blik mod dem selv, hvilket er medvirkende til at øge mistrivsel blandt unge (Ottosen et al. 2018 i Handberg 2020).

### **Beskrivelse af de frivillige**

Ungerådgivningen har ca. 150 frivillige tilknyttet rådgivningen. De frivillige rådgivere er alle kvinder mellem 18 og 35 år. Det forventes på ansættelsestidspunktet, at de frivillige er indstillede på at være frivillige i mindst et år. Desuden skal de frivillige være nysgerrige, omsorgsfulde og ikke være bange for at tale om svære og mere komplekse ting i livet (GirlTalk 2020a).

Oplæringen af nye frivillige består af fem kurser: Introkursus, Metodetræning 1 og 2, Tema om selvmord og selvskade og Tema om rollen som rådgiver. På introkurset bliver de frivillige undervist i samtaleteknik og de mest gængse emner, de møder på chatten. Introkurset indeholder også oplæring i at risikovurdere en samtale, dvs. vurdere, hvad pigens situation er. De frivillige bliver undervist i at skelne mellem, hvornår en pige skal viderehenvises, og hvornår hun kan fortælle den frivillige om sine udfordringer. De øvrige kurser finder sted undervejs i arbejdet som frivillig.

Derudover skal de frivillige deltage i mindst én samtaletræning pr. halvår. Samtaletræning er et læringsrum, der skal forbedre rådgivernes egne styrker og hvor udfordringer kan italesættes og diskuteres (GirlTalk 2019b). Samtalen foregår i refleksionsgrupper med udgangspunkt i egne samtaler. Omkring fire gange om året bliver der afholdt faglige oplæg, som et valgfrit tilbud til de frivillige. De faglige oplæg er temabaseret undervisning om psykosociale eller kommunikationsfaglige tematikker ved en ekstern underviser (GirlTalk 2020c; 2020d). Udover oplæring og undervisning får de frivillige også udleveret en håndbog om arbejdet som frivilligrådgiver, herunder den faglige tilgang, redskaber i rådgivningen mv.

Første vagt på Ungerådgivningen foregår som sidemandsoplæring mellem den frivillige og en holdleder (GirlTalk 2020b). De frivillige er delt op på hold, som består af en fast gruppe af 4-6 frivillige og en holdleder. Holdlederne er frivillige, der typisk har været i Ungerådgivningen i længere tid (minimum 1 år), og som får mere supervision end de andre frivillige. Holdlederne fungerer som et mellemled mellem rådgivningsledelsen i GirlTalks sekretariat og de frivillige (GirlTalk 2019b). Hvert hold har vagt af to timers varighed på chatten én gang hver anden uge. I de to timer sidder holdet sammen fysisk i et lokale hos GirlTalk, så de har mulighed for at sparre med hinanden undervejs i deres chatsamtaler. Efter hver rådgivningsvagt er der 5-10 minutters debriefing, hvor de frivillige og en holdleder taler om de samtaler, de har haft. Hvis den frivillige oplever akut behov for supervision efter en samtale, kan den frivillige gå til sin holdleder, de andre frivillige eller kontakte Ungerådgivningens vagttelefon, hvor hun får kontakt med en medarbejder fra sekretariatet.

## 5 UNGERÅDGIVNINGENS VIRKNINGER OG EFFEKTER

I det følgende kapitel gennemgår vi Ungerådgivningens virkninger og effekter på kort, mellemlangt og langt sigt. Som tidligere beskrevet omfatter det en forståelse af de mulige adfærdsændringer, som kontakten med Ungerådgivningen potentielt kan medføre hos pigerne og deres betydning for pigernes muligheder for at forhindre eller forkorte forløb i regional psykiatri og i kommunalt regi og opnå en uddannelse og et job på længere sigt.

### 5.1 VIRKNINGER PÅ KORT SIGT

Kortsigtede virkninger skal forstås som de forandringer, der kan opstå i den unges forudsætninger for adfærdsændring. Det kan f.eks. være ændringer i den unges viden, holdninger, kompetencer eller motivation.

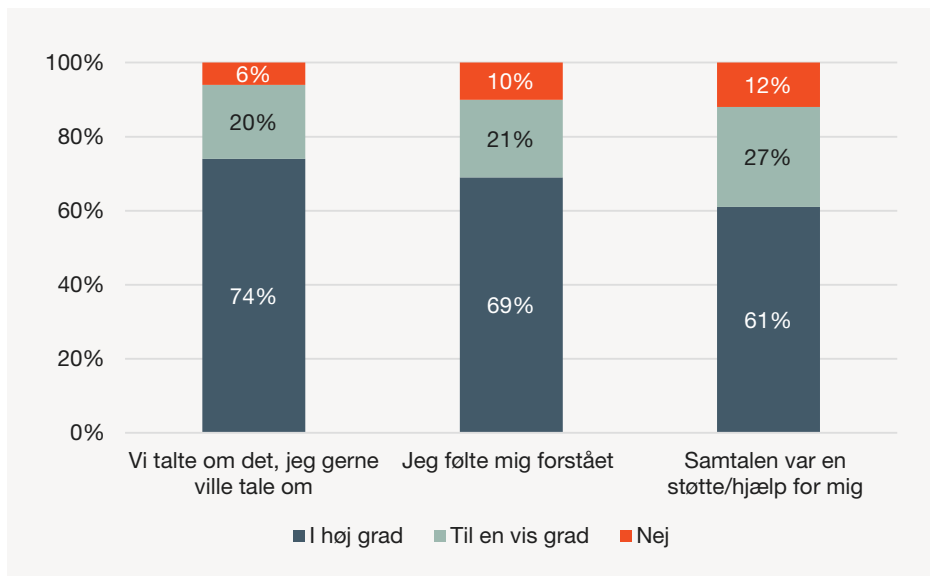
#### **Umiddelbart udbytte af rådgivningen**

En tidligere evaluering af GirlTalks indsatser, herunder Ungerådgivningen, konkluderer, at rådgivningstilbuddet dækker forskellige behov hos brugerne – behov, som de i høj grad er usikre på, hvor de ellers skal få tilfredsstillt (Meldgaard and Frederiksen 2009). En undersøgelse af BørneTelefonens chatrådgivning viser ligeledes, at 85% af chatsamtalerne ifølge brugernes egne tilkendegivelser havde en umiddelbar, positiv indvirkning på brugeren (Trine Natasja Sindahl 2019). Ved opfølgningen 14 dage efter havde 63% af børnene det desuden bedre, end før de rakte ud til chatrådgivningen. Undersøgelsen finder i den forbindelse, at brugernes oplevede udbytte umiddelbart efter chatsamtalen var en stærk prædikator for brugernes udbytte to uger efter samtalen.

Som tidligere nævnt kan brugerne af Ungerådgivningen besvare et kort evalueringsskema umiddelbart efter chatsamtalen. Besvarelserne indikerer, at størstedelen af brugerne i høj grad er tilfredse med chatsamtalen. Omkring 90%<sup>8</sup> af brugerne angiver, at samtalen omhandlede det, de gerne ville tale om, at de følte sig forstået i samtalen, og at samtalen var en støtte/hjælp for dem. Kun omkring 10% var ikke tilfredse med chatsamtalen.

---

<sup>8</sup> De 90% inkluderer alle, der har svaret "Til en vis grad" og "I høj grad".



**FIGUR 8:** Brugernes tilfredshed med chatsamtalen.

Kilde: GirlTalks egne evalueringsskemaer blandt brugerne.

Note: Baseret på mellem hhv. 1.778, 1.175 og 1.778 besvarelser.

### Accept, selvindsigt og overblik

På baggrund af interviewene med brugerne, de frivillige og fageksperterne, finder vi, at brugerne gennem samtalerne oplever:

- › **At blive taget alvorligt, accepteret og forstået.** Ifølge de interviewede frivillige er en af de vigtigste tilgange i samtalerne, at brugerne skal føle sig anerkendt for, at de henvender sig, og at den frivillige gerne vil lytte. Brugere bekræfter desuden, at det primære formål med at henvende sig er at opnå forståelse og få en andens synsvinkel på sine udfordringer. Samtidig oplever brugerne en accept af deres tanker og følelser, og en oplevelse af ikke at være alene med deres følelser. Derigennem får de mere selvtillid til at fortælle om deres følelser og tanker til andre eller handle.
- › **At blive bedre til at fortælle sin historie højt.** De interviewede brugere giver udtryk for, at det at fortælle det højt er med til at gøre problemerne mere håndgribelige. Samtidig giver det øget selvtillid til at skulle fortælle det højt over for andre, og større tro på, at der kan komme noget godt ud af at sige det højt. I den forbindelse har det også en særlig betydning, at de fortæller det højt til frivillige og uvildige unge piger, som er nogenlunde jævnaldrende med dem selv. Det giver både en oplevelse af, at de frivillige sidder i rådgivningen, fordi de har lyst til at lytte, og en oplevelse af, at de bedre kan forstå hinanden, fordi de frivillige også selv er unge og har været igennem de samme oplevelser. Det skaber en afslappet stemning, hvor det bliver trygt at fortælle om sine tanker og følelser.
- › **At opnå større selvindsigt og åbenhed om egne udfordringer.** Ifølge både brugerne og de frivillige har det anonyme og skriftlige rådgivningsformat desuden den virkning, at brugerne tør være ærlige og åbne om deres udfordringer, fordi ingen ved, hvem de er. Desuden opnår de større indsigt og forståelse for deres egne tanker og følelser ved at tale om dem med en anden person.
- › **At have overblik over egen situation og handlemuligheder.** Ved at fortælle om deres tanker og følelser oplever brugerne, at deres tanker bliver mere strukturerede, og tankemylderet bliver mindre. Det er med til at gøre dem rolige. Derved bliver det også mere overkommeligt for dem at forholde sig til tankerne. Brugere får f.eks. hjælp til at identificere en følelse, de sidder med, hvilket gør det nemmere for dem at finde ud af, hvordan de kan gribe den an fremover. Problematikkerne får på den måde "navn og ansigt", hvilket giver brugerne et større overblik over deres handlemuligheder.

### Viden og kompetencer

Interviewene indikerer desuden, at brugerne opnår viden og kompetencer til:

- › **At afværge, at en situation forværres.** Flere brugere benytter rådgivningen, når deres trang til f.eks. selvskadende adfærd bliver for stor, og gennem samtalen oplever de at

kunne undgå selvskade. Det skyldes både, at de kender reglerne for rådgivningen, nemlig at de ikke må have samtaler, mens de selvskader. Dermed kan samtalen virke afledende for deres tanker. Det skyldes også, at brugerne gennem samtalen får konkrete redskaber til, hvad de kan gøre for at afværge lignende situationer fremover.

- › **At kunne opsøge andre behandlingstilbud eller bruge egne/tilgængelige ressourcer og netværk (brobygning).** Brugere oplever desuden at få viden om andre relevante tilbud, som matcher deres udfordringer, eller om hvor de kan henvende sig uden for Ungerådgivningens åbningstider. For flere af de interviewede brugere har det ført til, at de er kommet i behandlingsforløb andre steder. Som nævnt ovenfor har 'oplevelsen af at sige det højt' desuden gjort det nemmere for flere at fortælle om deres udfordringer til f.eks. forældre, venner eller lignende og på den måde række ud til egen omgangskreds. Brugere kan også være blevet informeret om, at de kan opsøge en læge eller lærer, og de frivillige oplyser i den forbindelse om underretningspligt.
- › **At kunne fastholdes i et igangværende behandlingsforløb (fastholdelse).** Gennem samtalerne oplever brugerne desuden at få større mod på at tale med andre om deres udfordringer, f.eks. med deres kontaktperson i kommunen. Nogle brugere henvender sig også, mens de er i gang med et rådgivningsforløb med en professionel behandler, og samtalen kan i den forbindelse understøtte brugerens motivation for at fortsætte i forløbet. Ifølge de frivillige taler de f.eks. med brugerne om, hvad der frustrerer dem i deres forløb og hvad de kan gøre, for at det bliver bedre.

De identificerede virkninger på kort sigt er vist i følgende eksempel på, hvordan en pige er blevet hjulpet af Ungerådgivningen. Eksemplet er baseret på de gennemførte interviews.

#### Clara, 17 år

Clara er en 17-årig pige, som til dagligt går i 1.g på gymnasiet. Selvom hun kommer fra en god familie og har mange venner, føler hun sig ofte ensom. Gennem GirlTalks Ungerådgivning blev hun mødt af unge rådgivere, som også kendte til ensomheden, og hun følte sig derfor mere forstået end i andre chatrådgivningsfora. Samtalerne med Ungerådgivningen gav Clara bevidstheden om, at hun ikke er alene, og at det er okay at have udfordringer. Efter et par samtaler med Ungerådgivningen har Claras humør ændret sig, og hun føler sig oftere mere glad end før samtalerne med Ungerådgivningen. Clara er også blevet mere åben omkring sin ensomhed, og det har givet hende følelsen af at være mindre alene.

”

*Når jeg snakker med Ungerådgivningen kommer tingene ud af hovedet og det går op for mig, at jeg ikke er alene – det er helt normalt, at man har nogle udfordringer, så derfor behøver jeg ikke være ked af det over det.*

## 5.2 VIRKNINGER PÅ MELLEMLANGT SIGT

Virkningerne på mellemlangt sigt skal forstås som de ændringer i adfærd og funktionsevne, som indsatsen kan medføre hos pigen. Det kan f.eks. være ændringer i sociale færdigheder, mestring eller risikoadfærd.

Virkningerne på mellemlangt sigt er på mange måder de samme som virkningerne på kort sigt, men forudsætter, at de kortsigtede forandringer rodfæster sig hos brugerne og medfører ændringer i deres adfærd, tankemønstre mv.

### Ændringer i adfærd

På baggrund af interviewene med brugerne, de frivillige og fagekspertene, finder vi, at brugerne ændrer adfærd ved:

- › **At de psykisk og socialt trives bedre, og destruktiv adfærd reduceres.** Som følge af den forståelse, som brugerne bliver mødt med i rådgivningen, og øvelsen med at fortælle om deres tanker og følelser, opnår brugerne en bedre fornemmelse for deres udfordringer.



Derigennem bliver de også opmærksomme på, at det hjælper at fortælle det højt til andre, og at de kan handle. Det medfører både bedre psykisk trivsel og trivsel i omgangskredsen, skolen mv. samt at destruktiv adfærd reduceres.

- › **At de træffer bedre valg, fordi de har styrkede følelsesmæssige, personlige og/eller sociale kompetencer.** Brugere bliver også mere opmærksomme på, hvad der kan afhjælpe deres udfordringer – både på kort og længere sigt – og de bliver derigennem bedre til at træffe gode valg for sig selv. F.eks. ved at række ud efter hjælp. Gennem samtalerne er de frivillige desuden med til at styrke brugerens mentalisering, dvs. evnen til at forstå egen og andres adfærd ud fra mentale tilstande som følelser og tanker. Den øgede evne til mentalisering gør det nemmere at håndtere det, der er udfordrende.
- › **At de bruger egne/tilgængelige ressourcer og/eller finder og indgår i et relevant støttende tilbud.** Brugere er desuden blevet opmærksomme på andre rådgivningstilbud eller resourcepersoner, de kan kontakte, og blandt de interviewede brugere har flere aktivt gjort brug af dem. Det er vanskeligt at sige, i hvilket omfang brugere faktisk kontakter andre relevante tilbud, men ifølge undersøgelserne af BørneTelefonen afhænger det bl.a. af, om brugere efter chatrådgivningen oplever større selvtilid og tro på sig selv (Trine Natasja Sindahl 2019).
- › **At de fastholder og gennemfører behandlingsforløb eller andet psykosocialt tilbud.** Som nævnt henvender nogle brugere sig for at blive støttet i et eksisterende rådgivningsforløb, og gennem Ungerådgivningen kan de f.eks. få den frivilliges syn på oplevelser, de har haft i behandlingen, eller afprøve at fortælle en oplevelse højt, så det bliver nemmere foran den professionelle behandler. Det er dermed også en vigtig funktion i Ungerådgivningen at bidrage til, at brugere fastholder og gennemfører et behandlingsforløb eller andet tilbud.

Virkningerne på mellemlangt sigt er vist i følgende eksempel på, hvordan en pige er blevet hjulpet af Ungerådgivningen. Eksemplet er baseret på de gennemførte interviews.

#### Sofie, 16 år

Sofie er 16 år og går i 10. klasse. Da hun var 14 år, begyndte hun at skære i sig selv. Hos Ungerådgivningen i GirlTalk blev Sofie mødt af forstående jævnaldrende unge rådgivere, som gjorde, at hun turde åbne op omkring sin selvskade. Før samtaler med Ungerådgivningen skar Sofie i sig selv ca. 8 gange om dagen, men efter flere samtaler faldt selvskaden til ca. 4 gange om måneden. Derudover har samtalerne medført, at Sofie har fået et mere positivt selvbillede og er begyndt at åbne op for sine nærmeste omkring sin selvskade. Inden Sofie kontaktede GirlTalk havde hun også selvmordstanker. Disse tanker fortalte hun Ungerådgivningen om, og de henviste hende til Livslinjen, som hun henvendte sig til og fik hjælp af.



*Ungerådgivningen har fået banket ind i mit hoved, at jeg er værdifuld, og de har lært mig, at jeg skal tage fat i mine omgivelser, når jeg kan mærke trangten til selvskade*

### 5.3 EFFEKTER PÅ LANGT SIGT

Effekter på langt sigt skal forstås som de ændringer i den unges status eller livssituation, som indsatsen kan medføre. Det kan f.eks. være ændringer i pigens sundhed, job og uddannelse.

Det er her vigtigt at bemærke, at de langsigtede effekter ikke nødvendigvis alene skyldes Ungerådgivningen. Som tidligere nævnt kan Ungerådgivningen bl.a. virke som en brobyggende eller fastholdende funktion, der understøtter pigen i at håndtere udfordringen, enten fordi pigen er blevet mødt af de frivillige i Ungerådgivningen på en måde, så hun selv kan finde ressourcer eller fordi hun ved hjælp af Ungerådgivningen har opsøgt støtte i sine omgivelser eller supplerende støtte i andre forløb eller behandling.



Litteraturen og de gennemførte interviews peger på, at en indsats som Ungerådgivningen på lang sigt kan have positive effekter både på uddannelse og på forebyggelse af behovet for indsatser i psykiatrisk og kommunalt regi. Således kan brugen af Ungerådgivningen på lang sigt bidrage til, at flere psykisk sårbare unge piger gennemfører en ungdomsuddannelse eller kommer i beskæftigelse. Indsatsen kan desuden være med til at reducere behovet for sociale og beskæftigelsesrettede indsatser. Endelig kan indsatsen bidrage til, at psykisk sårbare unge piger gribes uden for psykiatrien, og at behovet for medicin forebygges eller minimeres. På den måde kan indsatsen også indirekte bidrage til, at tabt arbejdsfortjeneste hos forældre undgås.

Da vi i undersøgelsen ikke kan følge Ungerådgivningens brugere over en længere periode og dermed dokumentere, hvordan de i øvrigt anvender samfundets tilbud og systemer, vil de økonomiske beregninger i stedet tage afsæt i de omkostninger, det har for samfundet, at en pige i målgruppen ikke kontakter Ungerådgivningen. Analysen baserer sig dermed på konsekvenserne af en manglende indsats og omfatter en beregning af de omkostninger, som samfundet potentielt sparer ved at den unge pige bliver grebet tidligt.

## 6 SAMFUNDSØKONOMISKE GEVINSTER VED UNGERÅDGIVNINGEN

I dette kapitel præsenterer vi i et samfundsøkonomisk perspektiv en analyse af de potentielle økonomiske gevinster ved GirlTalks Ungerådgivning.

Som tidligere nævnt, vil de virkninger og effekter, som kontakten med Ungerådgivningen kan have på pigerne, være forskellige alt efter typen og kompleksiteten af de udfordringer, som pigerne henvender sig med. For at kunne skelne mellem disse forhold, baserer den samfundsøkonomiske analyse sig på et antal scenarier for Ungerådgivningens effektskabelse, og at effekten afhænger af målgruppens udfordringer.

### 6.1 SCENARIER FOR UNGERÅDGIVNINGEN

Fælles for GirlTalks indsatser er, at den tidlige indsats forebygger forværring af pigernes udfordringer: *"Vi forebygger, at de små ting bliver store"* (Medarbejder i GirlTalks sekretariat). Ifølge de interviewede eksperter, kan effekten af et forebyggende tilbud være forskellig, fordi der er så stor variation i pigernes udfordringer. Nogle piger oplever således mindre kortvarige kriser, hvor kontakt til en rådgiver kan have stor betydning ved at rette op på noget, der kunne udvikle sig til noget værre. I den anden ende af skalaen møder Ungerådgivningen piger med meget store problemer og piger, der f.eks. allerede har kontakt til psykiatrien. Nogle piger kan dermed have et behov for hjælp, der går udover det, Ungerådgivningen kan tilbyde. Ifølge eksperterne kan rådgivningen dog fortsat yde en vigtig hjælp:

*"Det kan have rigtig stor betydning for en pige at blive mødt med rummelighed og forståelse, fordi der for nogle af dem der har det svært, også kan have udviklet sig en grundlæggende mistillid til voksne, som de oplever, ikke anerkender, at de har problemer eller er støttende"* (Interview med fagekspert, 2020).

En central effekt af Ungerådgivningen er dermed, at den unge finder ud af, at hun ikke er alene med sine udfordringer – hvad enten det er første gang, hun fortæller om sine udfordringer, eller hun allerede er tilknyttet anden rådgivning og støtte.

#### To scenarier for Ungerådgivningens effekter

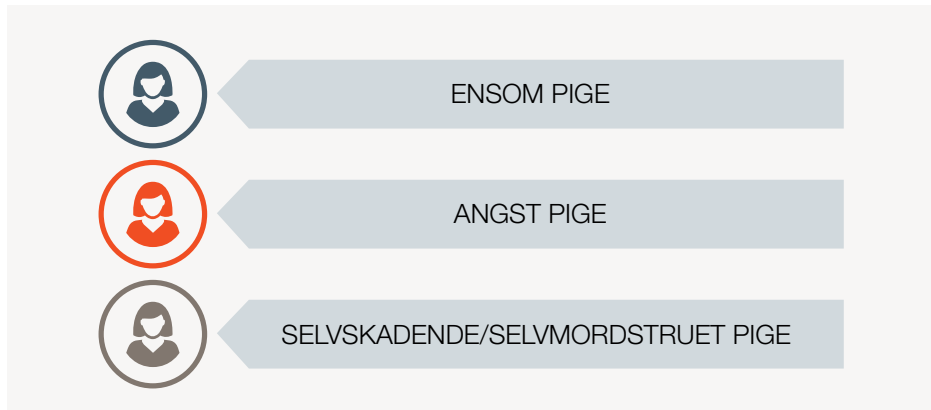
Baseret på indsatsteorien og vores viden om de typiske udfordringer blandt Ungerådgivningens målgruppe, har vi udarbejdet to scenarier til den samfundsøkonomiske analyse. Scenarierne baserer sig på en antagelse om, at Ungerådgivningen fungerer på to måder:

1. Ungerådgivningen kan i sig selv fungere **som en intervention**. Dette er tilfældet, når brugerne henvender sig med emner eller spørgsmål, som de gennem rådgivningen får besvaret eller bliver sat i stand til at agere på uden behov for anden professionel rådgivning. Det kan f.eks. være en pige, der i sin begyndende ensomhed har brug for at blive forstået og lyttet til af en rådgiver, blive styrket i sin selvtilid gennem samtalen og eventuelt få råd om, hvordan hun griber sociale situationer an.

2. Ungerådgivningen kan fungere **som brobygger til eller fastholdelse** i andre tilbud. I de tilfælde, hvor en bruger henvender sig med mere alvorlig mistrivsel – f.eks. svær grad af angst eller selvskadende adfærd – kan Ungerådgivningen ikke i sig selv yde den fulde støtte og behandling, som pigerne har brug for. Rådgivningen har i de tilfælde en vigtig opgave med 1) at gøre pigerne bekendt med deres muligheder for at opsøge hjælp gennem deres netværk eller i andre tilbud, 2) at understøtte pigernes fastholdelse i eksisterende forløb i f.eks. psykiatrien.

## 6.2 CASEANALYSE

Den samfundsøkonomiske analyse baserer sig på tre cases, som belyser effekten af Ungerådgivningen for tre typer piger, som har forskellige sværhedsgrader af mistrivsel.



**FIGUR 9:** De tre case-piger i den samfundsøkonomiske analyse.

De tre cases er udvalgt på baggrund af den omfattende kvalitative afdækning, der er udført og præsenteret i kapitel 4 og 5. Casene illustrerer dels de forskellige typer af problemstillinger, som pigerne kan have, hvor problemstillingerne varierer i sværhedsgrad, dels hvilke scenarier, som Ungerådgivningen kan have for den enkelte case.

Den første analyse, case 1, omhandler en pige, som lider af en mildere grad af mistrivsel, ensomhed, og hvor Ungerådgivningen fungerer som en intervention i sig selv. Den anden analyse, case 2, omhandler en pige, som lider af moderat mistrivsel, angst, og hvor Ungerådgivningen også fungerer som en intervention i sig selv. Den tredje analyse, case 3, omhandler en pige med sværere grad af mistrivsel, selvskadende adfærd. Pigen i case 3 får det bedre ved hjælp af Ungerådgivningen, men har stadig behov for hjælp efter kontakten med Ungerådgivningen. Ungerådgivningen fungerer derfor som brobygger til andre tilbud eller sikrer fastholdelse i eksisterende tilbud.

Den samfundsøkonomiske analyse beregner de samlede omkostninger for samfundet som helhed og baserer sig på data fra Sundhedsstyrelsens tre publikationer under Sygdomsbyrden i Danmark: Risikofaktorer (2016), ulykker, selvskade og selvmord (2016) og Sygdomme (2015). Derudover benytter analysen tal om indkomstoverførsler fra Den Socialøkonomiske Investeringsmodel udarbejdet af Det Nationale forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE, 1018). Oplysninger om omkostninger forbundet med forebyggende indsatser i kommunen er hentet fra Social- og Ældreministeriet (Social- og Ældreministeriet, 2020). Ungerådgivningens gevinster bestemmes under antagelsen om, at en pige, som kontakter Ungerådgivningen, får det bedre. Enhedsgevinsterne i alle cases bestemmes som besparelsen i sundhedskostninger og sociale ydelser samt undgået produktionstab, hvortil der tages højde for det mulige øgede forbrug ved undgåelse af for tidlig død.

Dårlig mental sundhed og dårligt mentalt helbred kan blandt andet føre til psykiske og somatiske sygdomme, større risiko for hyppig kontakt til sundhedsvæsenet og tidlig død. På det sociale område kan de medføre vanskeligere vilkår for uddannelse og ringere tilknytning til arbejdsmarkedet. De kan desuden medføre øgede omkostninger til behandling, pleje og tabt arbejdsfortjeneste (Dansk Selskab For Folkesundhed 2018).



Ifølge de interviewede eksperter og medarbejdere i GirlTalk er konsekvensen af manglende hjælp til at håndtere mistrivsel, at målgruppens udfordringer kan eskalere. Det kan betyde en større og værre grad af psykisk mistrivsel, som dermed bliver sværere at afhjælpe.

I de følgende afsnit præsenterer vi de tre cases og nogle af konsekvenserne af udebleven hjælp. Det er disse antagelser om mulige konsekvenser, som ligger til grund for den samfundsøkonomiske analyse. I hvert afsnit præsenteres også resultaterne af den samfundsøkonomiske analyse.

## 6.3 CASE 1: EN ENSOM PIGE

### 6.3.1. ANTAGELSER

Mistrivsel kan øge risikoen for ensomhed. Symptomer på angst, depression og lavt selvværd er blandt de personlige determinanter, der disponerer for ensomhed (Dansk Selskab For Folkesundhed 2018). Tal fra Sundhedsprofilerne 2017 viser, at mellem 12 og 15% af 16–24-årige er ensomme. Forekomsten af ensomhed er størst blandt piger (Dansk Selskab For Folkesundhed 2018).

Uønsket ensomhed har samfundsmæssige konsekvenser. Omkostninger i sundhedsvæsenet beløber sig til 2,2 mia. kr. årligt, hvoraf de 1,6 mia. kr. eller 70% går til de mange kontakter i sekundærsektoren. Desuden er der omkostninger på 7,8 mia. kr. til tabt produktion, og heraf går 64% til førtidspensioner (Dansk Selskab For Folkesundhed 2018; Eriksen et al. 2016). Ensomhed har desuden en særlig negativ konsekvens for unge under uddannelse, idet unge, der oplever ensomhed, er mere tilbøjelige til at opgive deres uddannelsesforløb (Handberg 2020).

Den første case i vores samfundsøkonomiske analyse omhandler en pige, som lider af en mildere grad af mistrivsel og søger hjælp hos Ungerådgivningen. Her antages det, at Ungerådgivningen vil fungere som en intervention i sig selv, og pigen derfor får de redskaber og den viden, der skal til, for at hun kan bryde med ensomheden.

Vi har igennem litteratursøgning og ekspertinterviews bestemt konsekvenserne af ikke at få den nødvendige hjælp og støtte. Såfremt mistrivsel forværres, kan den få psykiske konsekvenser, såsom øget behov for indsatser i psykiatrien eller kommunalt regi. For at udregne den samfundsøkonomiske besparelse har vi derfor sammenholdt, hvad en ensom pige koster i sundhedsvæsenet med en pige, som ikke lider af ensomhed. Dertil har vi tillagt omkostninger forbundet med forebyggende indsatser i kommunen jf. §11 stk. 3, som dækker over følgende typer tilbud:

- › Konsulentbistand, herunder familierettede indsatser
- › Netværks- eller samtalegrupper
- › Rådgivning og familieplanlægning
- › Andre indsatser, der har til formål at forebygge et barns, en ungs eller familiens vanskeligheder.

Baseret på indsatsteorien og vores undersøgelse antager vi, at alle de ensomme piger, som ikke opsøger hjælp hos et tilbud som Ungerådgivningen, på sigt vil få øget behov for hjælp i sundhedsvæsenet. Derudover antager vi, at ca. 10% af de ensomme piger, som ikke søger hjælp, vil modtage forebyggende indsatser i kommunen.

### 6.3.2. SAMFUNDSØKONOMISK BEREGNING FOR EN ENSOM PIGE

I nedenstående tabel præsenteres resultaterne fra den samfundsøkonomiske analyse af pigen fra case 1. Den samlede totale gevinst per pige skal forstås som den samlede besparelse, samfundet opnår per ensom pige, der opsøger Ungerådgivningen, givet at pigen får det bedre og ikke lider af ensomhed efter kontakten til Ungerådgivningen.

**TABEL 1:** Samfundsøkonomisk analyse af gevinsten af ensom pige, som kontakter Ungerådgivningen.

Gevinst ved at ensom pige der kontakter Ungerådgivningen	Kr. / forhindret prævalens
Primærsektor (dvs. praksissektoren, hjemmesygeplejen, sundhedsplejen, tandlæger, apoteker mm.)	831
Sekundærsektor (dvs. sygehuse og privathospitaler)	7.210
Medicin	700
Hjemmepleje	231
<b>A. Samlede besparelser i sundhedsomkostninger</b>	<b>8.972</b>
Kort sygefravær	5.393
Langvarigt sygefravær	6.005
Førtidspension	115.578
Tidlig død	2.559
<b>B. Samlede besparelser i produktionstab</b>	<b>129.535</b>
Sociale foranstaltninger til børn og unge i kommunalt regi jf. §11 stk. 3.	3.894
Uddannelseshjælp	0
<b>C. Samlede besparelse i sociale ydelser</b>	<b>3.894</b>
Øget forbrug til behandling og pleje som følge af undgået tidlig død	82
Øget privat og øvrigt offentligt forbrug som følge af undgået tidlig død	700
<b>D. Øget fremtidigt forbrug</b>	<b>782</b>
<b>Samlede potentielle sparede omkostninger per pige for samfundet ((A+B+C)-D)</b>	<b>141.619</b>
<b>Samlede årlige omkostninger ved Ungerådgivningen</b>	<b>2.500.000</b>

Tabel 1 viser, at den samlede gevinst per pige er 141.619 kroner. GirlTalk har omkostninger på 2.500.000 kroner om året til Ungerådgivningen. Ved at dividere de samlede årlige omkostninger med den samlede totale gevinst per pige finder vi, at **Ungerådgivningen skal hjælpe 18 ensomme piger årligt**, for at gevinsten overstiger omkostningerne.

Ifølge GirlTalks årsrapport fra 2019 har Ungerådgivningen omkring 6.000 samtaler om året svarende til ca. 1.600 unikke brugere<sup>9</sup>. Af de 6.000 samtaler omhandler ca. 20% af dem emner, som f.eks. kærlighed og forelskelse, kæresteproblemer og spiseforstyrrelser, som alle kan vedrøre ensomhed. 20% svarer til ca. 320 unikke samtaler, og hvis Ungerådgivningen kan hjælpe 6% af disse ensomme piger til at få det bedre, vil gevinsten overstige omkostningerne.

## 6.4 CASE 2: EN ANGST PIGE

### 6.4.1. ANTAGELSER

Den anden case i vores samfundsøkonomiske analyse omhandler en pige, som lider af angst, og derfor opsøger Ungerådgivningen. Som ved case 1 antager vi, at Ungerådgivningen vil fungere som en intervention i sig selv, og pigen får de redskaber og den viden, der skal til, for at hun kan håndtere og lette sin angst.

Vi har ligeledes identificeret konsekvenserne af manglende hjælp og støtte. Såfremt mistrivsel forværres, kan den få psykiske konsekvenser i form af øget behov for indsatser i psykiatrien eller kommunalt regi. Vi har på baggrund af dette sammenholdt udgifter til en

<sup>9</sup> Tal opgivet af GirlTalk.



pige med angstlidelser med en pige, som ikke lider af angst. I disse udgifter medregnes de samlede udgifter til sundhedsydelse jf. Sundhedsstyrelsens sygdomsbyrderapport, samt udgifter forbundet til forebyggende indsatser i kommunen.

Manglende hjælp til at håndtere moderat mistrivsel som angst har konsekvenser for pigernes skolegang, herunder karaktergennemsnit og sandsynligheden for at gennemføre en ungdomsuddannelse. Børn og unge med dårlig mental sundhed har oftere indlæringsproblemer og sværere ved at gennemføre skolegang og uddannelsesforløb. Psykiske og personlige problemer hos unge vurderes som den primære årsag til frafald på erhvervsuddannelser (Sundhedsstyrelsen 2018). Økonomi- og Indenrigsministeriet anslår, at 7% af unge mellem 15–24 år ikke er i uddannelse eller beskæftigelse, og blandt denne gruppe modtager 86% uddannelseshjælp (Økonomi- og Indenrigsministeriets Benchmarkingenhed, 2019). Vi antager, at det samme gør sig gældende for de piger med moderat mistrivsel, som henvender sig til Ungerådgivningen, og behovet for uddannelseshjælp er derfor medregnet i den samfundsøkonomiske analyse. Udgifter til kontakthjælp er ikke medregnet i analysen, da det ikke antages at være relevant for indsatsens målgruppe. Baseret på indsats teorien og vores analyse af de virkninger og effekter, Ungerådgivningen kan have, antager vi desuden, at de piger, som ikke søger hjælp, på sigt vil få øget behov for hjælp i psykiatrien, og at ca. 25% af de piger, som ikke søger hjælp, vil modtage forebyggende indsatser i kommunen.

#### 6.4.2. SAMFUNDSØKONOMISK BEREGNING FOR EN ANGST PIGE

I nedenstående tabel præsenteres resultaterne fra den samfundsøkonomiske analyse af pigen fra case 2. Den samlede totale gevinst per pige skal forstås som den besparelse samfundet opnår per pige, der opsøger Ungerådgivningen.

**TABEL 2:** Samfundsøkonomisk analyse af gevinsten af angst pige, som kontakter Ungerådgivningen.

Gevinst ved at angst pige der kontakter Ungerådgivningen	Kr. / forhindret prævalens
Primærsektor (dvs. praksissektoren, hjemmesygeplejen, sundhedsplejen, tandlæger, apoteker mm.)	1.001
Sekundærsektor (dvs. sygehuse og privathospitaler)	3.903
Medicin	1.687
Hjemmepleje	159
<b>A. Samlede besparelser i sundhedsomkostninger</b>	<b>6.749</b>
Sygefravær	3.069
Førtidspension	51.145
<b>B. Samlede besparelser i produktionstab</b>	<b>54.213</b>
Sociale foranstaltninger til børn og unge i kommunalt regi jf. §11 stk. 3.	9.735
Uddannelseshjælp	6.028
<b>C. Samlede besparelser i sociale ydelser</b>	<b>15.736</b>
Øget forbrug til behandling og pleje som følge af undgået tidlig død	0
Øget privat og øvrig offentligt forbrug som følge af undgået tidlig død	0
<b>D. Øget fremtidigt forbrug</b>	<b>0</b>
<b>Samlede totale potentielle sparede omkostninger per pige for samfundet ((A+B+C)-D)</b>	<b>76.725</b>
<b>Samlede årlige omkostninger ved Ungerådgivningen</b>	<b>2.500.000</b>

Den samfundsøkonomiske analyse viser, at den samlede potentielle gevinst per pige er på 76.725 kroner. GirlTalks omkostninger til Ungerådgivningen er 2.500.000 kroner om året. Ved at dividere de samlede årlige omkostninger med den samlede totale gevinst per pige finder vi, at **Ungerådgivningen skal hjælpe 33 angste piger årligt**, for at gevinsten overstiger omkostningerne.

Af GirlTalks årsrapport 2020 fremgår det, at 6% af samtalerne i Ungerådgivningen omhandler generel ængstelighed. Da vi ved, at der årligt er ca. 1.600 unikke brugere, der henvender sig til Ungerådgivningen, svarer det til ca. 100 piger. Dette betyder, at Ungerådgivningen skal hjælpe cirka en tredjedel af disse piger, for at gevinsten ved Ungerådgivningen overstiger omkostningerne.

## 6.5 CASE 3: EN SELVSKADENDE/ SELMORDSTRUET PIGE

### 6.5.1. ANTAGELSER

Den tredje og sidste case omhandler en pige, som er selvmordstruet og/eller har selvskadende adfærd. Konsekvenserne ved en sværere grad af psykisk mistrivsel som f.eks. selvskadende adfærd kan være indlæggelser. Ifølge Statens Institut for Folkesundhed sker de fleste somatiske indlæggelser på grund af selvmordsforsøg eller selvskade i aldersgruppen 16–24 år blandt både mænd og kvinder. Indlæggelser på grund af selvmordsforsøg eller selvskade udgør 4% af alle somatiske indlæggelser blandt 16–24-årige kvinder. Der er desuden flest skadestuebesøg på grund af selvmordsforsøg og selvskade blandt unge kvinder (Strøbæk L et al. 2016).

Konsekvenserne kan samtidigt være manglende mulighed for at arbejde eller for at gennemføre sin uddannelse. Selvmordsforsøg eller selvskade er årsag til 3,2 % af alle sygedage blandt 16–24-årige kvinder, og 9% af alle førtidspensioner blandt de 18–24-årige kvinder (Strøbæk L et al. 2016).

I den samfundsøkonomiske analyse af denne case antager vi, at pigen efter henvendelse til Ungerådgivningen oplever mindre trang til selvskadende adfærd, men dog fortsat lider af angst. Denne antagelse bygger på viden fra interviews med eksperter om sammenhængen mellem angst, depression og selvskadende adfærd. Til brug i casen har vi valgt angst i stedet for depression, da langt flere unge piger lider af angst end af depression, hvilket øger casens repræsentativitet.

I denne case fungerer Ungerådgivningen ikke som en intervention i sig selv, da pigerne fortsat har brug for behandling eller hjælp gennem andre tilbud. Ungerådgivningen fungerer her som en brobyggende indsats til andre tilbud, eller bidrager til, at pigen fastholdes i et eksisterende tilbud.

For at udregne de samfundsøkonomiske besparelser ved denne case, sammenholdes udgifterne til en pige med selvskadende/selvordstruet adfærd med en pige, som lider af angst. I disse beregninger er der medtaget udgifter til sundhedsvæsenet, udgifter til forebyggende kommunale indsatser og udgifter i forbindelse med uddannelseshjælp. Region Midtjyllands sundhedsprofil fastslår, at 20% af de unge, der udøver selvskade, ikke er i job eller uddannelse (Larsen, et al., 2017). Vi antager derfor i vores samfundsøkonomiske beregninger, at 20% af selvskadende piger modtager uddannelseshjælp. Derudover antager vi, baseret på vores insatsteori og analyse, at 25% af de selvskadende piger benytter forebyggende indsatser i kommunalt regi. For den angste pige gælder samme antagelser som for case 2.

### 6.5.2. SAMFUNDSØKONOMISK BEREGNING FOR EN SELVSKADENDE PIGE

I nedenstående tabel præsenteres resultaterne fra den samfundsøkonomiske analyse af en pige med selvskadende adfærd. Den samlede totale gevinst per pige skal forstås som den besparelse samfundet opnår per selvskadende pige, der opsøger Ungerådgivningen.

**TABEL 3:** Samfundsøkonomisk analyse af gevinsten af pige med selvskadende adfærd, som kontakter Ungerådgivningen.

Gevinst ved pige der kontakter Ungerådgivningen og ophører selvskadende adfærd	Kr. / forhindret incidens
Primærsektor (dvs. praksissektoren, hjemmesygeplejen, sundhedsplejen, tandlæger, apoteker mm.)	15.564
Sekundærsektor (dvs. sygehuse og privathospitaler)	-2.230
Medicin	-1.060
Hjemmepleje	21.213
<b>A. Samlede besparelser i sundhedsomkostninger</b>	<b>33.487</b>
Sygefravær	43.876
Førtidspension	212.447
Tidlig død	85.052
<b>B. Samlede besparelser i produktionstab</b>	<b>341.375</b>
Sociale foranstaltninger til børn og unge i kommunalt regi jf. §11 stk. 3.	0
Uddannelseshjælp	11.195
<b>C. Samlede besparelser i sociale ydelser</b>	<b>11.195</b>
Øget forbrug til behandling og pleje som følge af undgået tidlig død	4.201
Øget privat og øvrigt offentligt forbrug som følge af undgået tidlig død	36.077
<b>D. Øget fremtidigt forbrug</b>	<b>40.278</b>
<b>Samlede totale potentielle sparede omkostninger per pige for samfundet ((A+B+C)-D)</b>	<b>345.778</b>
<b>Samlede årlige omkostninger ved Ungerådgivningen</b>	<b>2.500.000</b>

Tabel 3 viser, at den samlede gevinst per pige er 345.778 kroner. GirlTalk har omkostninger på 2.500.000 kroner om året til Ungerådgivningen. Ved at dividere de samlede årlige omkostninger med den samlede totale gevinst per pige, finder vi, at **Ungerådgivningen skal hjælpe 7 piger med selvskadende adfærd årligt**, for at gevinsten overstiger omkostningerne.

I GirlTalks årsrapport 2020 oplyses det, at 17,5% af samtalerne i Ungerådgivningen handler om selvmordstanker/selv mord, og 5,1% omhandler selvskadende adfærd. Af de årlige omkring 6.000 samtaler svarer dette til, at ca. 1.350 af dem omhandler selvmord eller selvskadende adfærd, hvilket omfatter ca. 375 unikke brugere. Ud af disse ca. 375 piger skal Ungerådgivningen hjælpe 2% for at gevinsten overstiger omkostningerne.

Af tabellen fremgår desuden, at besparelsen ved sociale foranstaltninger i kommunalt regi udgør 0 kroner. Dette skyldes vores antagelse om, at pigen i denne case fortsat vil have behov for disse indsatser selv efter hjælp fra Ungerådgivningen. Under sundhedsomkostningerne er det desuden angivet, at der ikke er besparelser i sekundærsektoren og ved medicin. Dette skyldes, at omkostningerne til medicin og forbrug i den sekundære sektor forbundet med angst er større end til selvskadende adfærd. Overordnet set er der dog store samfundsøkonomiske gevinster ved at en selvskadende pige stopper sin adfærd.

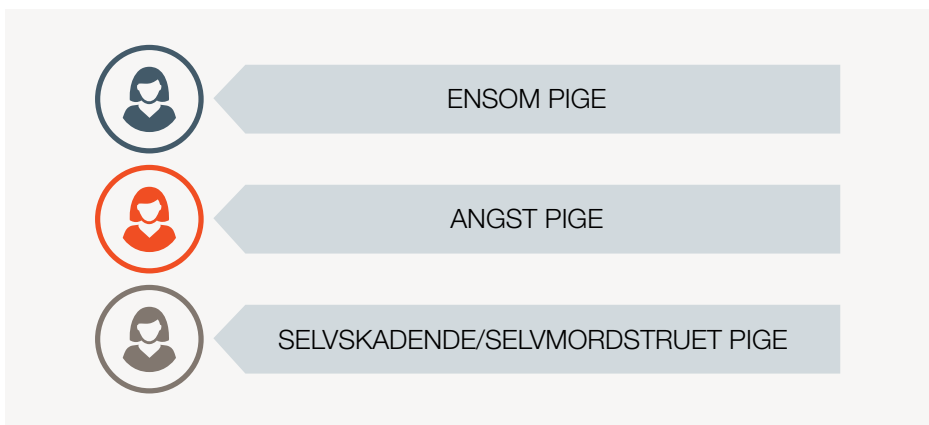
En uddybelse af den samfundsøkonomiske metode kan ses Appendix B.

## 7 UNGERÅD GIVNINGENS POTENTIALE

I analysen har vi afdækket de potentielle samfundsøkonomiske gevinster af Ungeråd givningens indsats for unge piger og kvinder. For at forstå dette, har vi baseret de samfundsøkonomiske beregninger på en indsats teori, der bidrager til en teoretisk forståelse og opdeling af de virkninger og effekter, som en indsats som Ungeråd givningen kan medvirke til. Indsats teorien er opdelt i kort-, mellemlang- og langsigtede virkninger og effekter, som vi fandt frem til gennem interviews, litteratursøgning, og andre tilgængelige data om Ungeråd givningen. Interviewene omfattede fageksperter, GirlTalks sekretariat samt frivillige rådgivere og brugere af rådgivningen.

Litteraturen og de gennemførte interviews viste, at en indsats som Ungeråd givningen på langt sigt har positive effekter både på uddannelse og på forebyggelse af behovet for indsatser i psykiatrisk og kommunalt regi. Således kan brugen af Ungeråd givningen på lang sigt bidrage til at flere psykisk sårbare unge piger gennemfører en ungdomsuddannelse eller kommer i beskæftigelse. Indsatsen kan desuden bidrage til at reducere behovet for sociale og beskæftigelsesrettede indsatser. Endelig kan indsatsen bidrage til at psykisk sårbare unge piger gribes uden for psykiatrien, og at behovet for medicin forebygges eller minimeres.

På den baggrund opstillede vi to scenarier for den funktion, Ungeråd givningen kan have for de piger, der henvender sig; enten som en intervention i sig selv eller som en brobyggende/ fastholdende funktion. Scenariet afhænger af mistrivselns sværhedsgrad, hvilket ledte til formuleringen af tre cases af typiske brugere af Ungeråd givningen:



**FIGUR 10:** De tre case-piger i den samfundsøkonomiske analyse.

Casene illustrerer dels de forskellige typer af problemstillinger, som pigerne kan have, hvor problemstillingerne varierer i sværhedsgrad, dels hvilke forskellige scenarier, som Ungeråd givningen kan have for den enkelte case. Baseret på interviewene og den indsamlede litteratur, antager vi, at Ungeråd givningen kan fungere som en intervention i sig selv for de piger, der henvender sig med en mildere grad af mistrivsel (som ensomhed eller mild angst), mens Ungeråd givningens primære funktion over for piger med svær mistrivsel (som selvskade eller selvmordstanker) kan fungere som brobygger til andre tilbud eller understøtte fastholdelsen i andre tilbud.



De samfundsøkonomiske beregninger blev gennemført for hver af de tre cases. Da vi i undersøgelsen ikke har kunne følge Ungerådgivningens brugere over en længere periode og dermed dokumentere, hvordan de i øvrigt anvender samfundets tilbud og systemer, tager de økonomiske beregninger i stedet afsæt i de omkostninger, samfundet har, hvis en pige i målgruppen ikke kontakter Ungerådgivningen. Analysen baserer sig således på konsekvenserne af en manglende indsats, og omfatter en beregning af de omkostninger, som samfundet undgår ved at den unge pige bliver grebet tidligt.

Analysen viser, at Ungerådgivningen potentielt kan spare samfundet for:



**76.725 kr.**

pr. ung pige, der hjælpes til at håndtere sin *angst*.



**141.619 kr.**

pr. ung pige, der hjælpes ud af *ensomhed*.



**345.778 kr.**

pr. ung pige, der hjælpes til at stoppe sin *selvskade* og til at opsøge anden forebyggende behandling.

I forhold til GirlTalks omkostninger til driften af Ungerådgivningen, svarer det til, at Ungerådgivningen årligt skal fungere som en tilstrækkelig hjælp for mindst **18 ud af de ca. 320 piger**, der årligt henvender sig med mistrosvsel såsom ensomhed, for at gevinsterne ved Ungerådgivningen overstiger omkostningerne.

Ligeledes svarer det til, at mindst **33 ud af de ca. 100 piger**, der årligt henvender sig med en mere moderat grad af mistrosvsel som angst og generel ængstelighed, bliver hjulpet til at kunne håndtere den, for at gevinsterne overstiger omkostninger.

Endeligt svarer det til, at Ungerådgivningen årligt skal fungere som en hjælp og brobyggende funktion for mindst **7 ud af de ca. 375 piger**, der årligt henvender sig med svær mistrosvsel såsom selvmordstanker og selvskadende adfærd. Ved at hjælpe til, at pigernes trang til selvskade mindskes, og at de opsøger anden hjælp, vil Ungerådgivningens gevinster overstige omkostningerne.

## 8 LITTERATUR

- Ali, Kathina, Louise Farrer, Amelia Gulliver, and Kathleen M. Griffiths. 2015. "Online Peer-to-Peer Support for Young People With Mental Health Problems: A Systematic Review." *JMIR Mental Health* 2 (2): e19. <https://doi.org/10.2196/mental.4418>.
- Danmarks Lærerforening. 2019. "Præstationskultur Og Trivsel i Folkeskolen – Politisk Udspil."
- Dansk Selskab For Folkesundhed. 2018. "GPS for Folkesundhed – God Praksis i FolkeSundhed – Ensomhed."
- Deloitte, Professionshøjskolen UCN, and Professionshøjskolen Absalon. 2020. "Undersøgelse Af Kommunernes Pædagogisk Psykologiske Rådgivning (PPR)."
- Eriksen, L, Davidsen M, Jensen HAR, Ryd JT, Strøbæk L, White ED, Sørensen J, and Juel K. 2016. *Sygdomsbyrden i Danmark – risikofaktorer*. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet for Sundhedsstyrelsen.
- GirlTalk. 2019a. "Årsberetning 2019."
- . 2019b. "Håndbog – Frivillige Rådgivere."
- . 2020a. "Ansættelse Af Nye Frivillige i Ungerådgivningen Hos GirlTalk."
- . 2020b. "Håndbog – Frivillige Holdledere."
- . 2020c. "Uddannelse Af Frivillige Rådgivere i GirlTalk."
- . 2020d. "Uddannelse Til Frivillige Ungerådgivere – En Oversigt Til Dig, Der Er Frivillig i Ungerådgivningen."
- Handberg, Bianca Nyeland. 2020. "Piger & Trivselsproblemer – Et Mini Litteratur- Og Pilotstudie Omkring Pigers Og Unge Kvinders Trivsel Og Deres Ønsker Om Forebyggende Indsatser Mod Mistrivsel – En Delrapport Fra Pilotprojektet Sisterhood." GirlTalk.
- Implement, and SUS. 2020. "Kommunalt forebyggende tilbud til psykisk sårbare unge."
- Kristensen, Nicolai, Jensen, Vibeke M., and Krassel, Karl Fritjof. 2020. *Panelanalyse af bekymrende skolefravær*. VIVE.
- Meldgaard, Tina Hjulmann, and Frederiksen, Andreas Hjort. 2009. "EN PAUSE FRA VIRKELIGHEDEN – EVALUERING AF GIRLTALK.DK." Socialt Udviklingscenter SUS. <https://docplayer.dk/5861731-En-pause-fra-virkeligheden-evaluering-af-girltalk-dk.html>.
- Økonomi- og Indenrigsministeriets Benchmarkingenhed. 2018. "Tilknytning Til Uddannelse Eller Beskæftigelse Blandt Unge Med Psykisk Sygdom."
- Ottosen, Mai Heide, Nichlas Permin Berger, Nanna Høygaard Lindeberg, and VIVE - Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. 2018. *Forebyggende indsatser til unge i psykisk mistrivsel: en vidensoversigt*. VIVE - Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.



- Rambøll, and Socialstyrelsen. 2016. *Inspiration til omlægning af indsatsen for udsatte børn og unge: viden om tidligere og forebyggende indsatser*. Kbh.; Odense: Rambøll ; Socialstyrelsen.
- Sindahl, Trine N., Louis-Phillippe Côte, Luc Dargis, Brian L. Mishara, and Torben Bechmann Jensen. 2019. "Texting for Help: Processes and Impact of Text Counseling with Children and Youth with Suicide Ideation." *Suicide and Life-Threatening Behavior* 49 (5): 1412–30. <https://doi.org/10.1111/sltb.12531>.
- Sindahl, Trine Natasja. 2008. "Anonym Online Chatrådgivning Af Børn Og Unge." *Pædagogisk Psykologisk Tidsskrift*, no. 5–6, p. 440.
- — —. 2012. "Chatrådgivning af børn og unge – Organisationsrapport." *Børns Vilkår*.
- — —. 2019. *Texting for Help – Counselling Processes and Impact at a Child Helpline SMS Service*.
- Sindahl, Trine Natasja, Ruben G. Fukkink, and Rasmus Helles. 2019. "SMS Counselling at a Child Helpline: Counsellor Strategies, Children's Stressors and Well-Being." *British Journal of Guidance & Counselling* 48 (2): 263–75. <https://doi.org/10.1080/03069885.2019.1580676>.
- Strøbæk L, Ryd JT, Davidsen M, Eriksen L, Jensen HAR, White ED, and Juel K. 2016. *Sygdomsbyrden i Danmark: ulykker, selvskaede og selvmord*. Kbh.: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet for Sundhedsstyrelsen.
- Sundhedsstyrelsen. 2018. *Forebyggelsespakke – Mental sundhed*. Sundhedsstyrelsen.

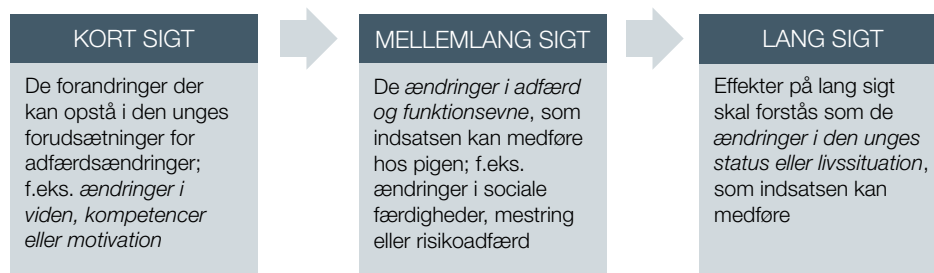
# APPENDIX A

## METODEBESKRIVELSE

I undersøgelsens indledende fase har vi gennemført seks interviews med eksperter i mistrivsel blandt unge og/eller frivillig (chat)rådgivning. Eksperterne repræsenterede forskning indenfor mobning, chatrådgivning og indsatser drevet af NGO'er, herunder GirlTalk og BørneTelefonen. Formålet med interviewene var at få indblik i målgruppens typiske udfordringer og hvilke gavnlige effekter hhv. EmpowR og Ungerådgivningen kan have. Eksperterne henviste til relevant litteratur om mistrivsel blandt unge og har dermed guidet en eksplorativ litteratursøgning, COWI har foretaget sideløbende med interviewene. Formålet med litteratursøgningen var bl.a. at få indblik i de primære konsekvenser af mistrivsel og de gavnlige virkninger, frivillig rådgivning kan have.

På baggrund af ekspertinterviewene og litteratur udarbejdede vi en indledende indsats-teori for hhv. EmpowR og Ungerådgivningen. En indsats-teori er en teori om, hvordan indsatsen skaber de ønskede effekter for indsatsens målgruppe (Rossi et al. 2004; Rambøll 2015). Det vil sige tydeliggjorte og eksplicite forestillinger om, hvordan en indsats virker (Dahler-Larsen 2003). Indsats-teoriene er udover interviews og litteratur baseret på tidligere undersøgelser af GirlTalks indsatser og gennemgang af GirlTalks dokumenter om indsatserne.

Indsats-teorien er opdelt i virkninger og effekter på kort, mellemlang og lang sigt. Figur 9 viser den teoretiske forståelse af, hvordan der skelnes mellem kort, mellemlang og lang sigt.



**FIGUR 11:** Teoretisk model for effekter på kort-, mellemland og lang sigt (Socialstyrelsen og Dansk Evalueringselskab 2018)<sup>10</sup>.

For at kvalificere indsats-teorien, har vi efterfølgende gennemført 13 interviews med brugere og frivillige i hhv. EmpowR og Ungerådgivningen samt omsorgspersoner til piger, der har gået i et forløb i EmpowR. Tabel 1 viser en oversigt over informanterne.

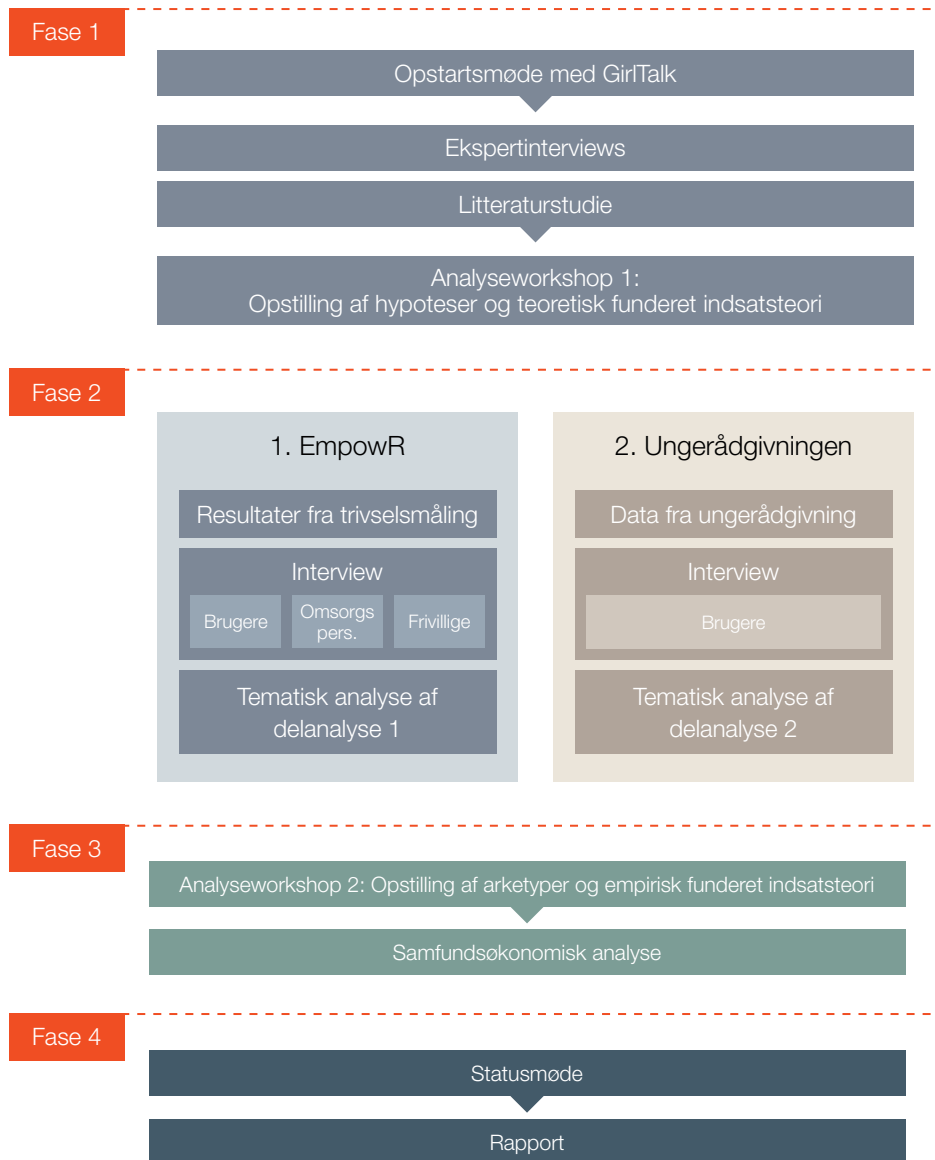
**TABEL 4:** oversigt over interviews med brugere og frivillige fra GirlTalks indsatser

	EmpowR	Ungerådgivningen
Brugere	2	4
Frivillige	3	2
Omsorgspersoner	2	N/A

Efter det indledende arbejde med opstilling af indsats-teorier for EmpowR og Ungerådgivningen afholdt vi en analyseworkshop med medarbejdere fra GirlTalk og to eksperter, for at få kvalificeret vores foreløbige fund. Til analyseworkshoppen præsenterede vi også første udkast til de scenarier og cases, der danner grundlag for den samfund-økonomiske analyse. Indsats-teorier og cases blev kvalificeret og justeret på baggrund af workshoppen, og blev herefter igen præsenteret for GirlTalk og tre deltagende eksperter til analyseworkshop 2.

Figuren nedenfor viser analysens faser, som det blev beskrevet i tilbuddet til GirlTalk.

<sup>10</sup> <http://danskevalueringselskab.dk/wp-content/uploads/2018/09/2018-session-2a-Forandringsteori-for-viderekomne.pdf>

**FIGUR 12:** Analysens faser

# APPENDIX B

## SAMFUNDSØKONOMISK ANALYSE

### B.1 SAMLEDE OMKOSTNINGER

**TABEL 5:** Samlede omkostninger for ensomhed, selvskaade og angst.

Sundhedsøkonomi	Enhed	Ensomhed	Selvmord, selvmordsforsøg og selvskaade	
			Alder 16-34 år	Alder 16-44 år
Primærsektor	mio. kr.	35,6	4,5	44,7
Sekundærsektor	mio. kr.	309,2	30,0	174,3
Medicin	mio. kr.	30,0	3,0	75,3
Hjemmepleje	mio. kr.	9,9	1,1	7,1
<b>Total</b>	<b>mio. kr.</b>	<b>384,8</b>	<b>38,7</b>	<b>301,5</b>

Produktionstab	Enhed	Ensomhed	Selvmord, selvmordsforsøg og selvskaade	
			Alder 16-44 år	Alder 16-44 år
Kort sygefravær	mio. kr.	309,0	111,0	137,1
Langvarigt sygefravær	mio. kr.	344,0		
Førtidspension	mio. kr.	6.621,4	623,1	2.284,4
Tidlig død	mio. kr.	146,6	201,1	0,0
<b>Total</b>	<b>mio. kr.</b>	<b>7.421,0</b>	<b>935,2</b>	<b>2.421,4</b>

Sparet fremtidigt forbrug som følge af tidlig død	Enhed	Ensomhed	Selvmord, selvmordsforsøg og selvskaade	
			Alder 16-34 år	Alder 16-44 år
Behandling og pleje	mio. kr.	3,5	7,6	0,0
Øvrigt offentligt og privat forbrug	mio. kr.	30,0	65,3	0,0
<b>Total</b>	<b>mio. kr.</b>	<b>33,5</b>	<b>72,9</b>	<b>0,0</b>

Kilde: Sygdomsbyrden i Danmark - Sygdomme (2015), Risikofaktorer (2016), Ulykker, selvskaade og selvmord (2016)

## B.2 ENHEDSOMKOSTNINGER

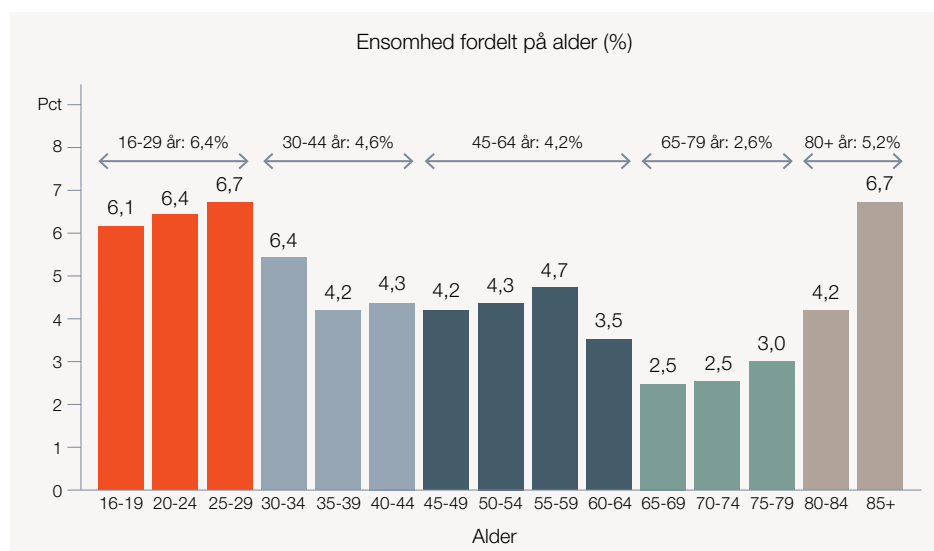
Ved at de samlede omkostninger for ensomhed, selvskade og angst med prævalensen (eller incidensen for selvskade), beregnes sundheds- og produktionsenhedsomkostningerne enhedsomkostningerne for ensomhed, selvskade og angst.

**TABEL 6:** Enhedsomkostninger for ensomhed, selvskade og angst.

Enhedsomkostninger	Ensomhed	Selvskade, selvmords- forsøg og selvskade	Angst
	kr. / prævelens	kr. / incidens	kr. / prævelens
Primærsektor	831	16.565	1.001
Sekundærsektor	7.210	1.672	3.903
Medicin	700	627	1.687
Hjemmepleje	231	21.372	159
<b>Samlede sundhedsomkostninger</b>	<b>8.972</b>	<b>40.236</b>	<b>6.749</b>
Kort sygefravær	5.393	46.944	3.069
Langvarigt sygefravær	6.005	263.592	
Førtidspension	115.578	85.052	51.145
Tidlig død	2.559	395.588	0
<b>Samlede produktionstab</b>	<b>129.535</b>	<b>791.176</b>	<b>54.213</b>
Sparede omkostninger som følge af tidlig død til behandling og pleje	82	36.077	0
Sparede omkostninger som følge af tidlig død til øvrigt offentligt og privat forbrug	700	40.278	0
<b>Sparet fremtidigt forbrug som følge af tidlig død</b>	<b>782</b>	<b>76.354</b>	<b>0</b>
<b>Samlede totale omkostninger</b>	<b>137.725</b>	<b>755.058</b>	<b>60.963</b>

## B.3 ANDELEN AF ENSOMME

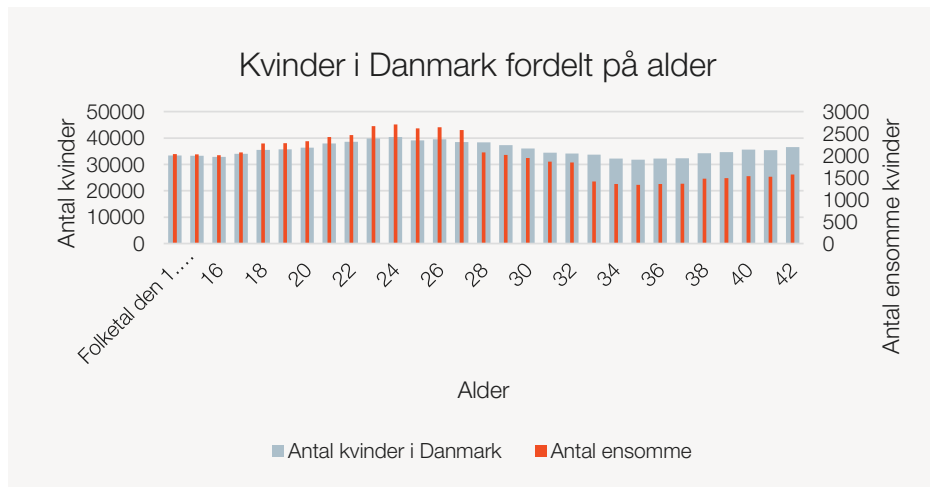
Andelen af ensomme fordelt på aldersgrupper findes i nedenstående figur.



**FIGUR 13:** Prævalens af ensomhed i Danmark, fordelt på aldersgrupper.<sup>11</sup>

<sup>11</sup> <https://viden.sl.dk/media/8475/ensomhed-i-befolkningen.pdf>

Disse andele er ganget med antal kvinder i Danmark fra Danmarks Statistiks Folketal for 1. kvartal 2021, for at finde prævalensen af ensomme i aldersgrupperne 16–34 år og 16–44 år.



FIGUR 1: Antal kvinder i Danmark fordelt på alder. Data fra Danmarks Statistik Folketal.

## B.4 SAMFUNDSØKONOMISK METODE

Den samfundsøkonomiske analyse baserer sig på data præsenteret i Sundhedsstyrelsens tre publikationer under Sygdomsbyrden i Danmark: Risikofaktorer (2016), Ulykker, selvskaide og selvmord (2016) og Sygdomme (2015). Under antagelsen at en pige som kontakter Ungerådgivningen og får det bedre, identificeres gevinsterne ved GirlTalks tiltag. Enhedsgevinsterne identificeres som besparelsen i sundhedsmkostninger samt undgået produktionstab, fratrukket det øgede forbrug ved undgåelse af for tidlig død, ved at en pige der kontakter Ungerådgivningen ikke længere føler sig ensom eller begår selvskaide.

Hernæst beregnes hvor mange piger, som kontakter GirlTalk, der skal få det bedre, for at der vil være en samlet samfundsøkonomisk gevinst ved GirlTalk indsatsen.

Sygdomsbyrden i Danmark, 'Risikofaktorer' og 'Sygdomme' estimerer omkostningerne der kan tilskrives prævalensen af givne risikofaktor. Sygdomsbyrden i Danmark, Ulykker, selvskaide og selvmord estimerer derimod omkostningerne, som kan tilskrives en incidens. Det bør desuden bemærkes, at der er en sammenhæng mellem incidens af selvskaide og prævalens af f.eks. ensomhed, depression og angst, men at der ikke er justeret for dette i dataene. Det er desuden ikke opgjort hvor stor en del af selvskaide piger som lider af ensomhed, depression og angst.

Prævalenser og incidenser for hhv. angst og selvskaide opgjort i Sygdomsbyrden publikationerne, mens prævalensen af ensomhed er opgjort i [Microsoft Word – ensom i befinal\\_solveig3\\_uden\\_vandmærke.doc \(sl.dk\)](#).

Sygdomsbyrden i Danmark publikationerne opgør omkostninger for 16–34 årige og 16–44 årige kvinder. Vi har selv beregnet enhedsomkostningerne for 16–24-årige baseret på disse oplysninger, under antagelsen at enhedsomkostningerne for 16–24-årige svarer til de andre aldersgrupper.

Antallet af ensomme kvinder ganges med produktionstab- og sundhedsøkonomiske omkostninger fra Sygdomsbyrden i Danmark, omregnet til 2021 kroner.

## BEGRÆNSNINGER

Der er en række faktorer i analysen som ikke er værdisat. Af disse kan bl.a. nævnes:

- › Værdien af øget livskvalitet
- › Værdien af øget uddannelsesniveau
- › Værdien af forhøjet lønindkomst
- › Værdien af undgåede overførselskomster, udover førtidspension
- › Konsekvenser for pårørende

De anvendte økonomiske værdier for førtidspension er desuden baseret på data fra før 2013, hvor en reform af førtidspensionsområdet trådte i kraft, hvilket især har betydningen for personer, der er under 40 år gamle. Da det desværre ikke har været muligt at identificere nyere litteratur på området vedr. effekterne af denne reform for risikofaktorer som selvskaade, ensomhed og angst, anvendes disse tal dog alligevel.

Herudover er der ikke indregnet nettoafgiftsfaktor eller skatteforvridningstab på de økonomiske konsekvenser.

## CASE-GRUPPER

Omkostningerne og gevinsterne er estimeret ud fra et merforbrug blandt personer der lider af angst, selvskaadende adfærd og ensomhed, i forhold til personer, som ikke lider af disse faktorer.

## PRODUKTIONSTAB

Ved beregning af produktionstab opgøres den produktion en person ville kunne have bidraget med, hvis denne ikke længere er eksponeret for en risikofaktor. Produktionstabet baseres på humankapitaltilgangen og der skelnes mellem kortsigtet og langsigtet produktionstab. Kortsigtet produktionstab defineres som tabt produktion på grund af sygedage, mens langsigtet produktionstab defineres som tabt produktion på grund af en person trækker sig varigt ud af arbejdsmarkedet. Den fremtidige produktion afskrives det år, personen trækker sig tilbage fra arbejdsmarkedet. Nutidsværdien af fremtidig produktion er tilbagediskonteret med en diskonteringsrente på 4%, som var den anbefalede rente da Sygdomsbyrden i Danmark blev udgivet.

## SUNDHEDSOMKOSTNINGER

Sundhedsomkostningerne i denne rapport er baseret på omkostninger til hhv. primærsektoren, sekundærsektoren, medicin og hjemmepleje og er opgjort ud fra et merforbrug i forhold til case-gruppen.

## FREMTIDIGT FORBRUG

Fra et samfundsøkonomisk perspektiv medfører tidlig død en besparelse i fremtidigt forbrug. I denne rapport opgøres besparelsen i fremtidigt forbrug for den private sektor og for den offentlige sektor. Blandt det sparede offentlige forbrug, medregnes sparede omkostninger til behandling og pleje i sundhedssektoren og øvrigt offentligt forbrug som f.eks. offentlig transport, politi og kultur.

## FORBRUGERINDEKS

Alle gevinster og omkostninger er omregnet til 2021 kr. ved at justere med ændringerne i forbrugerprisindekset.